AirDyne® PRO

MANUAL DE ENSAMBLAJE / MANUAL DEL USUARIO

ÍNDICE

Instrucciones de seguridad importantes 3
Etiquetas de advertencias de seguridad / Número de serie 5
Especificaciones 6
Antes del ensamblaje 6
Piezas 7
Tornillería 8
Herramientas 8
Ensamblaje 9
Adaptador de corriente opcional 14
Traslado de la máquina 15
Nivelación de la máquina 15
Características 16
Características de la consola 17
Monitor remoto de frecuencia cardíaca 20
Calibración 21
Operaciones 22
Ajustes 22
Cómo usar la máquina 22
Cómo asegurar el ensamblaje del ventilador/ almacenamiento 23
Modo de encendido/reposo 23
Entrenamiento manual 23
Entrenamientos por intervalos 24
Entrenamientos objetivos 25
Zonas de frecuencia cardíaca 26
Modo de pausado/resultados 27
Modo de servicio de la consola 28
Calibración 28
Mantenimiento 29
Reemplazo de las baterías de la consola 30
Piezas para mantenimiento 31
Solución de problemas 33
Garantía 37

Para validar el soporte de garantía, guarde el comprobante de compra original y anote la siguiente información:

Número de serie _____

Fecha de compra _____

Para registrar la garantía de su producto, visite: www.SchwinnFitness.com/register

O bien, llame al 1 (800) 605–3369.

Si tiene consultas o problemas con su producto, llame al 1 (800) NAUTILUS (628–8458).

Nautilus, Inc., (800) NAUTILUS/(800) 628-8458, www.NautilusInc.com - Servicio al Cliente: América del Norte (800) 605-3369, csnls@nautilus.com | fuera de los EE. UU. +01-360-859-5180, technics@nautilus.com | Impreso en China |

© 2015 Nautilus, Inc. | ® indica las marcas comerciales registradas en los Estados Unidos. Estas marcas pueden estar registradas en otras naciones o de otra forma protegidas por el derecho angloamericano. Schwinn, el logotipo de Schwinn Quality, AirDyne, Nautilus, Bowflex y Universal son marcas comerciales de propiedad o con licencia concedida a Nautilus, Inc. Polar® y OwnCode® son marcas comerciales registradas de su respectivo propietario.

Al usar un artefacto eléctrico, siempre debe respetar precauciones básicas, incluidas las siguientes:

Este ícono significa una situación posiblemente riesgosa que, de no evitarse, podría provocar la muerte o lesiones graves.

Acate las siguientes advertencias:

Lea y comprenda todas las advertencias que se encuentran en esta máquina.

⚠ PELIGRO Lea atentamente y comprenda las instrucciones de ensamblaje. Lea y entienda todo el manual. Conserve el manual para futuras consultas.

⚠ PELIGRO Para reducir el riesgo de descargas eléctricas o el uso no supervisado del equipo, siempre desconecte la máquina del tomacorriente eléctrico inmediatamente después del uso y antes de la limpieza.

⚠ ADVERTENCIA Para reducir el riesgo de quemaduras, descargas eléctricas o lesiones a personas, lea y comprenda todo el Manual del usuario. De no seguir estas instrucciones, se podría producir una descarga eléctrica grave o posiblemente mortal, u otra lesión grave.

- Siempre mantenga a otras personas y niños alejados del producto que está ensamblando.
- No instale las baterías en la máquina hasta el momento en que se especifica en el Manual de ensamblaje. No conecte la fuente de alimentación opcional a la máquina hasta que se le indique hacerlo.
- La máquina nunca debe dejarse desatendida cuando esté enchufada. Desenchúfela del tomacorriente cuando no esté en uso y antes de ponerle o quitarle piezas.
- Antes de cada uso, revise si hay piezas sueltas o signos de desgaste en la máquina. No la use si la encuentra en estas condiciones. Vigile de cerca los pedales y las bielas. Póngase en contacto con el Servicio al cliente de Nautilus para obtener información sobre reparación.
- El artículo no está diseñado para que lo usen personas con padecimientos médicos en los casos en que dichos padecimientos quizá repercutan en la operación segura de la máquina o que representen un riesgo de lesiones para el usuario.
- No deje caer ni introduzca objetos en ningún orificio de la máquina.
- No ensamble esta máquina al aire libre ni en un lugar mojado o húmedo.
- Asegúrese de realizar el ensamblaje en un área de trabajo adecuada, alejada de transeúntes y otras personas.
- Algunos componentes de la máquina pueden ser pesados o difíciles de manipular. Solicite la ayuda de otra persona para realizar los pasos de ensamblaje de dichas piezas. No levante usted solo los objetos pesados o realizar movimientos difíciles que se indican en los pasos.
- Coloque esta máquina sobre una superficie horizontal sólida y nivelada.
- No intente cambiar el diseño ni la funcionalidad de esta máquina. Si lo hace, podría poner en riesgo la seguridad de la máquina y anulará la garantía.
- Si necesita reemplazar piezas, use solo tornillería y piezas de repuesto originales provistas por Nautilus. No usar repuestos originales puede provocar riesgos para los usuarios, impedir que la máquina funcione correctamente y anular la garantía.
- No use ni ponga la máquina en funcionamiento hasta que esté completamente ensamblada y haya sido inspeccionada para comprobar su correcto funcionamiento según el manual.
- Utilice esta máquina únicamente para el uso pretendido, tal y como se ha descrito en este manual. No utilice dispositivos no recomendados por el fabricante.
- Ejecute todos los pasos de ensamblaje en la secuencia indicada. El ensamblaje incorrecto puede producir lesiones o funcionamiento incorrecto.
- Este producto contiene imanes. Los campos magnéticos pueden interferir con el uso normal de determinados dispositivos médicos a corta distancia. Los usuarios pueden acercarse a los imanes durante el ensamblaje, el mantenimiento o el uso del producto. En vista de la evidente importancia de estos dispositivos, como un marcapasos,

es importante que consulte a su médico respecto al uso de este equipo. Consulte la sección "Etiquetas de advertencias de seguridad y número de serie" para encontrar la ubicación de los imanes en este producto.

- GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.

Antes de usar este equipo, acate las siguientes advertencias:

Lea y comprenda todo el manual. Conserve el manual para futuras consultas.

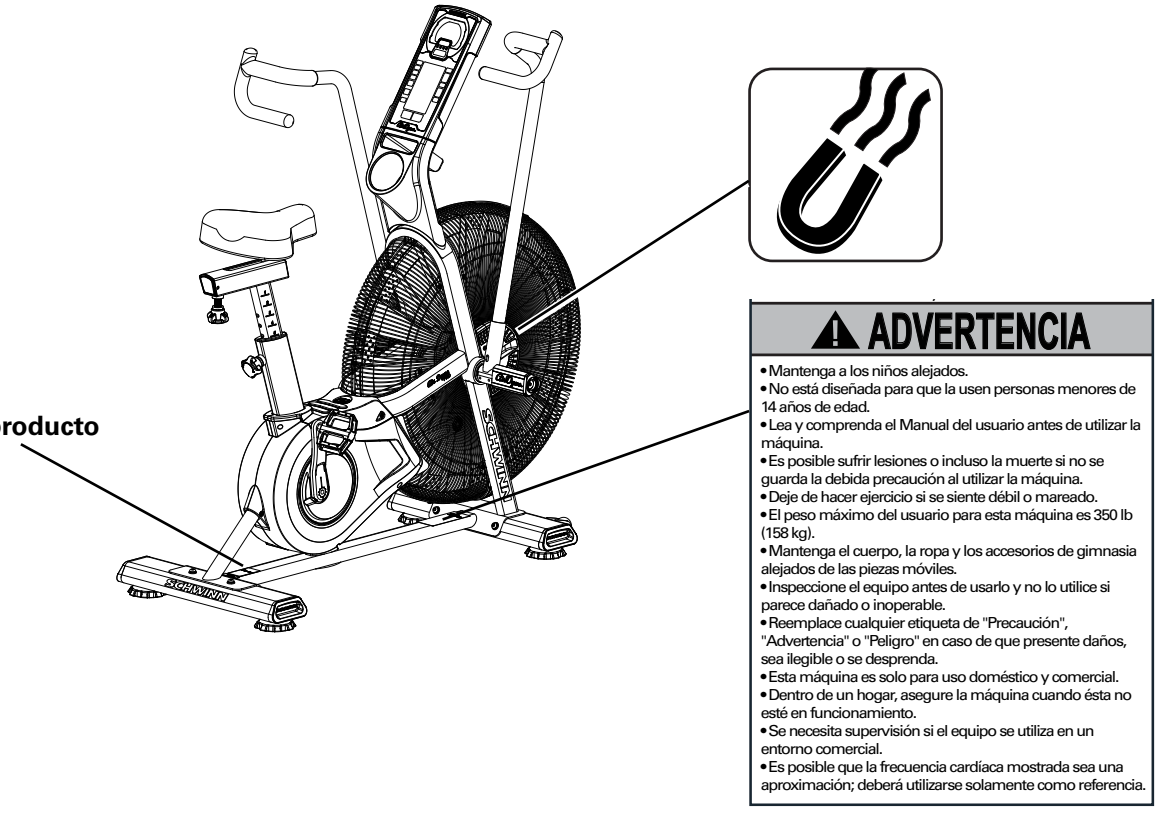
Lea y entienda todas las advertencias que se encuentran en esta máquina. Si ocurre que una de las etiquetas autoadhesivas de advertencia se suelta, está ilegible o se desprende, comuníquese con el Servicio al cliente de Nautilus para reemplazarla.

⚠ PELIGRO Para reducir el riesgo de descarga eléctrica o el uso no supervisado del equipo, siempre desenchufe el cable de alimentación del tomacorriente de pared y de la máquina, y espere 5 minutos antes de la limpieza, el mantenimiento o la reparación de la máquina. Ponga el cable de alimentación en un lugar seguro.

- No se debe permitir que los niños se suban ni se acerquen a la máquina. Las piezas móviles u otras funciones de la máquina pueden ser peligrosas para los niños.
- No está diseñada para que la usen personas menores de 14 años de edad.
- Consulte a su médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Deje de ejercitarse si siente dolor o tensión en el pecho, si tiene dificultad para respirar o si siente que va a desmayarse. Comuníquese con su médico antes de volver a usar la máquina. Use los valores calculados o medidos por la computadora de la máquina solo como referencia.
- Antes de cada uso, revise si hay daños en el cable de alimentación, conector de alimentación, piezas sueltas o señales de desgaste en la máquina. No la use si la encuentra en estas condiciones. Vigile de cerca los pedales y las bielas. Póngase en contacto con el Servicio al cliente de Nautilus para obtener información sobre reparación.
- Límite máximo de peso del usuario: 350 lb (159 kg). No la use si excede este peso.
- No use ropa suelta ni joyas. Esta máquina contiene piezas móviles. No ponga los dedos ni otros objetos en las piezas móviles del equipo para ejercicios.
- Use siempre un par de zapatos atléticos con suela de goma al usar esta máquina. No use la máquina descalzo o solamente en calcetines.
- Instale y haga funcionar esta máquina sobre una superficie sólida, nivelada y horizontal.
- No se baje de la máquina hasta que los pedales se hayan detenido completamente.
- Estabilice los pedales antes de subirse a ellos. Tenga cuidado al subirse y al bajarse de la máquina.
- Desconecte la alimentación por completo antes de reparar o hacerle mantenimiento a la máquina.
- No haga funcionar esta máquina al aire libre ni en lugares húmedos o mojados.
- Deje un espacio libre de al menos 24 pulgadas (0.6 m) a cada lado de la máquina. Esta es la distancia de seguridad recomendada para tener acceso a la máquina, transitar alrededor de ella y bajarse en caso de emergencia. Cuando la máquina esté en uso, mantenga a terceros fuera de este área.
- No haga esfuerzos excesivos durante el ejercicio. Haga funcionar la máquina de la manera descrita en este manual.
- Efectúe todos los procedimientos de mantenimiento habituales y periódicos recomendados en el Manual del usuario.
- No deje caer ni introduzca objetos en ningún orificio de la máquina.
- Ajuste correctamente y conecte de manera segura todos los dispositivos de ajuste de posición. Asegúrese de que los dispositivos de ajuste no golpeen al usuario.
- Mantenga los pedales limpios y secos.
- Para hacer ejercicio en esta máquina se necesitan buena coordinación y equilibrio. Asegúrese de prever que pueden ocurrir cambios en la velocidad y el nivel de resistencia durante los entrenamientos, y preste atención para evitar la pérdida de equilibrio y posibles lesiones.
- Una máquina nunca debe dejarse desatendida cuando esté enchufada. Desenchúfela del tomacorriente cuando no esté en uso y antes de ponerle o quitarle piezas.
- Mantenga las baterías alejadas de las fuentes de calor y de las superficies calientes.

- No mezcle baterías viejas y nuevas.
- No mezcle baterías alcalinas, estándar (carbono-zinc) o recargables (Ni-Cd, Ni-MH, etc.).
- No intente cargar baterías no recargables. Quite las baterías agotadas y deséchelas de manera segura.
- Quite las baterías recargables de la máquina antes de recargarlas.
- No haga cortocircuito en los terminales de suministro de las baterías.
- Para un almacenamiento seguro de la máquina, retire las baterías e instale la correa de transporte e inmovilización para asegurar el ventilador de resistencia. Coloque la máquina en un lugar seguro, alejado de niños y mascotas.
- Cuando la máquina se coloca en un sitio de uso comercial, solo puede utilizarse en áreas donde el acceso y el control de la máquina esté a cargo de personal aprobado. El grado de control depende, entre otros factores, del sitio específico en el que esté ubicada la máquina, la seguridad de ese sitio y la familiaridad de los usuarios con el equipo. Dado que otras personas pueden haberla usado, asegúrese de que el asiento, los pedales y los manubrios estén correctamente fijados y ajustados.
- Esta máquina no puede detener los pedales de manera independiente al ventilador de resistencia. Reduzca la velocidad para ralentizar el ventilador de resistencia y los pedales hasta que se detengan. No se baje de la bicicleta hasta que los pedales se detengan completamente.

Etiquetas de advertencias de seguridad y número de serie


Número de serie
Especificación del producto
ADVERTENCIA
• Mantenga a los niños alejados.
• No está diseñada para que la usen personas menores de 14 años de edad.
• Lea y comprenda el Manual del usuario antes de utilizar la máquina.
• Es posible sufrir lesiones o incluso la muerte si no se guarda la debida precaución al utilizar la máquina.
• Deje de hacer ejercicio si se siente débil o mareado.
• El peso máximo del usuario para esta máquina es 350 lb (158 kg).
• Mantenga el cuerpo, la ropa y los accesorios de gimnasia alejados de las piezas móviles.
• Inspeccione el equipo antes de usarlo y no lo utilice si parece dañado o inoperable.
• Reemplace cualquier etiqueta de "Precaución", "Advertencia" o "Peligro" en caso de que presente daños, sea ilegible o se desprenda.
• Esta máquina es solo para uso doméstico y comercial.
• Dentro de un hogar, asegure la máquina cuando ésta no esté en funcionamiento.
• Se necesita supervisión si el equipo se utiliza en un entorno comercial.
• Es posible que la frecuencia cardíaca mostrada sea una aproximación; deberá utilizarse solamente como referencia.

Cumplimiento con la FCC

⚠ Los cambios o las modificaciones a esta unidad que no estén expresamente aprobados por la parte responsable del cumplimiento podrían anular la autoridad del usuario para operar el equipo.

El suministro de energía cumple lo dispuesto en la parte 15 de las Reglas de la FCC. La operación está supeditada a las siguientes dos condiciones: (1) Este dispositivo no debe provocar interferencias dañinas, y (2) debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluida la interferencia que quizá provoque una operación indeseable.

Nota: este suministro de energía ha demostrado en pruebas que cumple los límites para un dispositivo digital de Clase B, de acuerdo con la parte 15 de las Reglas de la FCC. Dichos límites están destinados a ofrecer protección razonable contra las interferencias dañinas en una instalación residencial. Este equipo genera, usa y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y usa de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencias dañinas a las comunicaciones de radio.

Sin embargo, no se garantiza que no vayan a ocurrir interferencias en una instalación determinada. Si este equipo causa interferencias dañinas en la recepción de radio o televisión (lo cual se puede determinar apagando y encendiendo el equipo), recomendamos al usuario que intente corregir la interferencia tomando una o más de las siguientes medidas:

- Reorientar o reubicar la antena receptora.
- Aumentar la separación entre el equipo y el receptor.
- Conectar el equipo a un tomacorriente que esté en un circuito distinto a aquel donde está conectado el receptor.
- Para obtener ayuda, consulte al distribuidor o a un técnico en radio/TV experimentado.

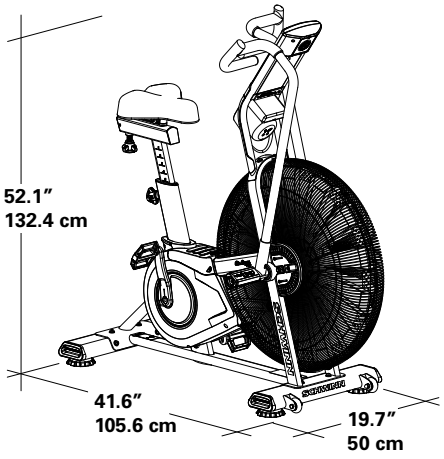
Especificaciones

Peso máximo del usuario: 350 lb (159 kg)

Peso de la máquina: 113 lb. (51.3 kg)

Requisitos de energía: 2 baterías D (LR20)
Voltaje de operación: 3 V CC

Aprobaciones normativas:
Adaptador de energía CA opcional: Con clasificación UL, con capacidad de entrada de 120 V, 60 Hz y de salida de 9 V CC, 1500 mA. Clase 2.



⚠ Este producto, su embalaje y sus componentes contienen productos químicos que en el estado de California se sabe que producen cáncer, malformaciones de nacimiento o daños reproductivos. Este aviso se proporciona conforme a la Proposición 65 de California. Si desea información adicional, visite nuestro sitio web en www.nautilus.com/prop65.

Antes del ensamblaje

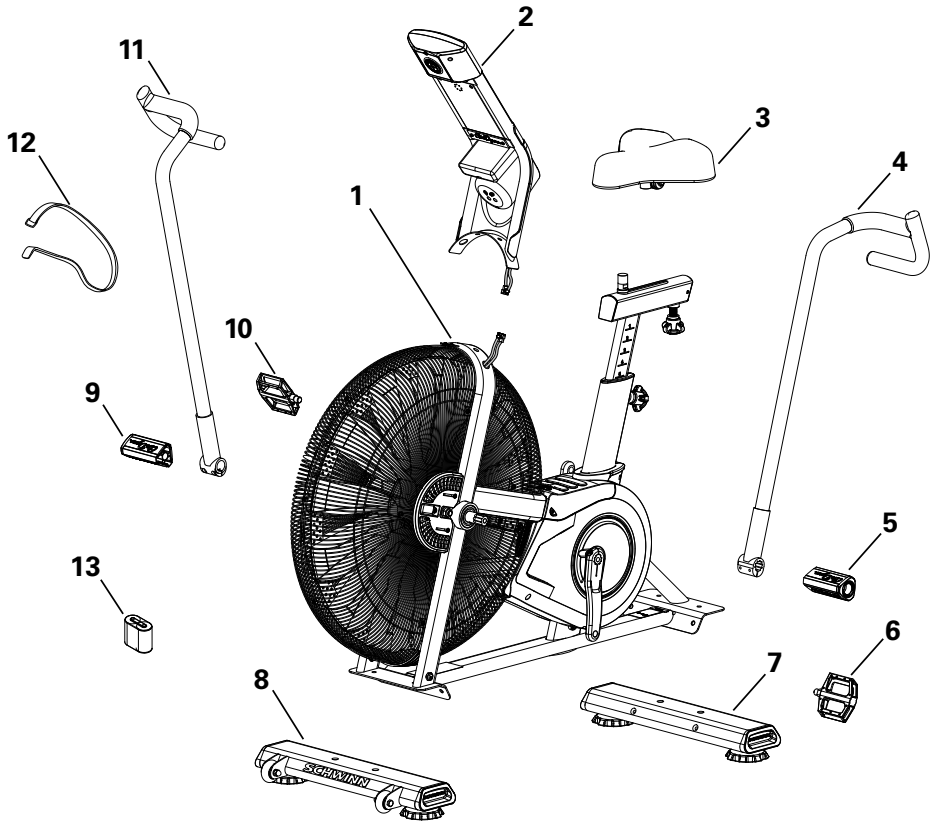
Seleccione el área donde va a instalar y hacer funcionar la máquina. Para un funcionamiento seguro, la ubicación debe ser sobre una superficie resistente y nivelada. Disponga un área de entrenamiento de un mínimo de 68" (1.7 m) x 90" (2.3 m).

Consejos básicos de ensamblaje
Al ensamblar la máquina, respete estos puntos básicos:

- Lea y entienda las "Instrucciones de seguridad importantes" antes del ensamblaje.
- Reúna todas las piezas necesarias para cada paso del ensamblaje.

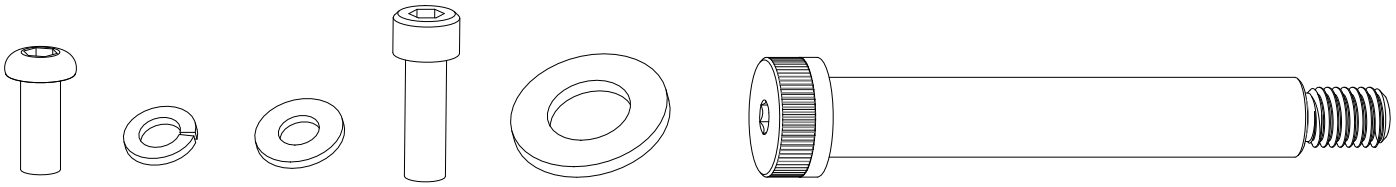
- Con las llaves recomendadas, gire los pernos y las tuercas hacia la derecha (en dirección de las manecillas del reloj) para apretar y hacia la izquierda (contra la dirección de las manecillas del reloj) para soltar, salvo que se instruya otra cosa.
- Al unir dos piezas, levántelas suavemente y mire a través de los orificios para los pernos con el fin de ayudar a insertar los pernos a través de los orificios.
- El ensamblaje requiere 2 personas.

Piezas



Como ayuda para el ensamblado, se ha aplicado una calcomanía a todas las piezas derechas ("**R**") e izquierdas ("**L**").

Artículo	Cant.	Descripción	Artículo	Cant.	Descripción
1	1	Ensamblaje del armazón	8	1	Estabilizador, delantero
2	1	Ensamblaje consola/mástil	9	1	Estribo, derecho
3	1	Sillín	10	1	Pedal, derecho
4	1	Manubrio, izquierdo	11	1	Manubrio, derecho
5	1	Estribo, izquierdo	12	1	Correa, de transporte e inmovilización
6	1	Pedal, izquierdo	13	2	Baterías, tamaño D (LR20)
7	1	Estabilizador, trasero			



A B C D E F

Artículo	Cant.	Descripción	Artículo	Cant.	Descripción
A	10	Tornillo hexagonal de cabeza semiesférica, M8 x 20	E	2	Arandela plana, M16
B	10	Arandela de bloqueo, M8	F	2	Perno de tope, M12x100
C	10	Arandela plana, M8			
D	4	Tornillo de cabeza hueca, M8x25			

Nota: algunas piezas de tornillería se proporcionaron como repuestos en la lista de tornillería. Tenga en cuenta que puede sobrar tornillería luego del ensamblaje de la máquina.

Herramientas

Incluidas

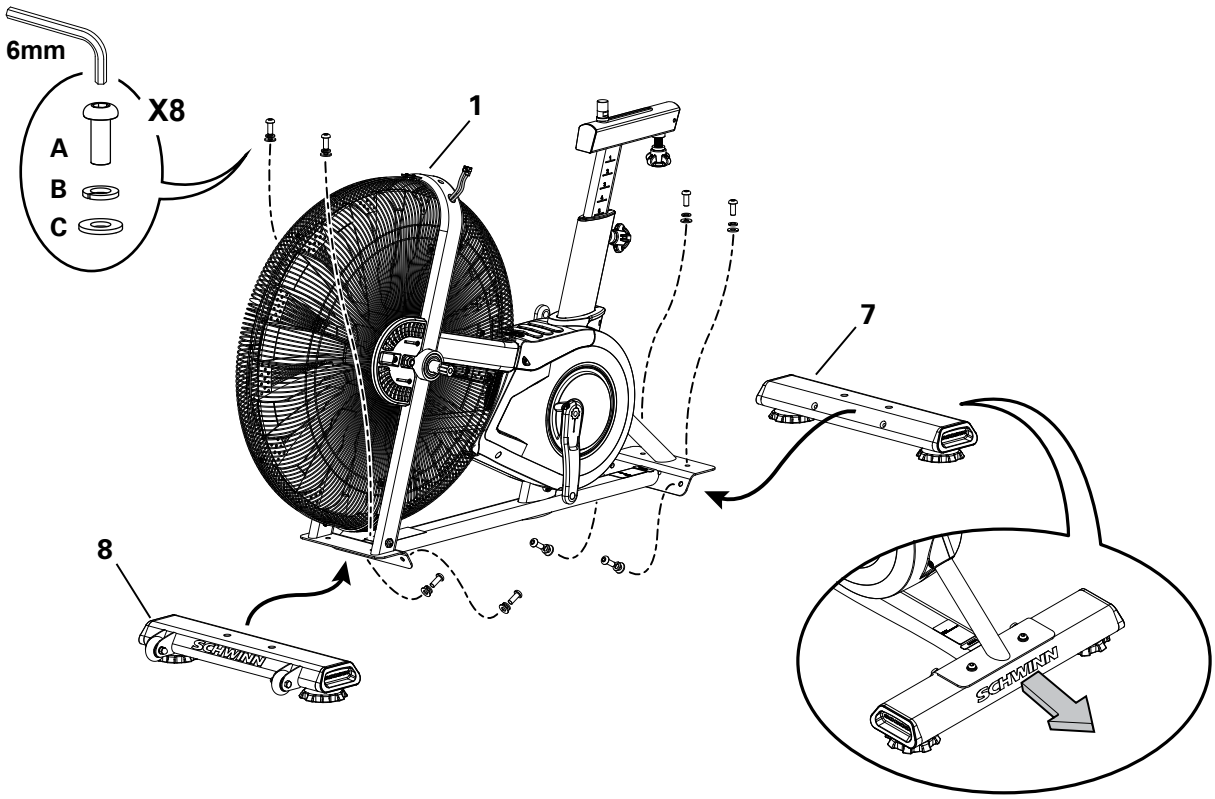
6 mm

N.° 2
13 mm
15 mm
19 mm

No incluidas

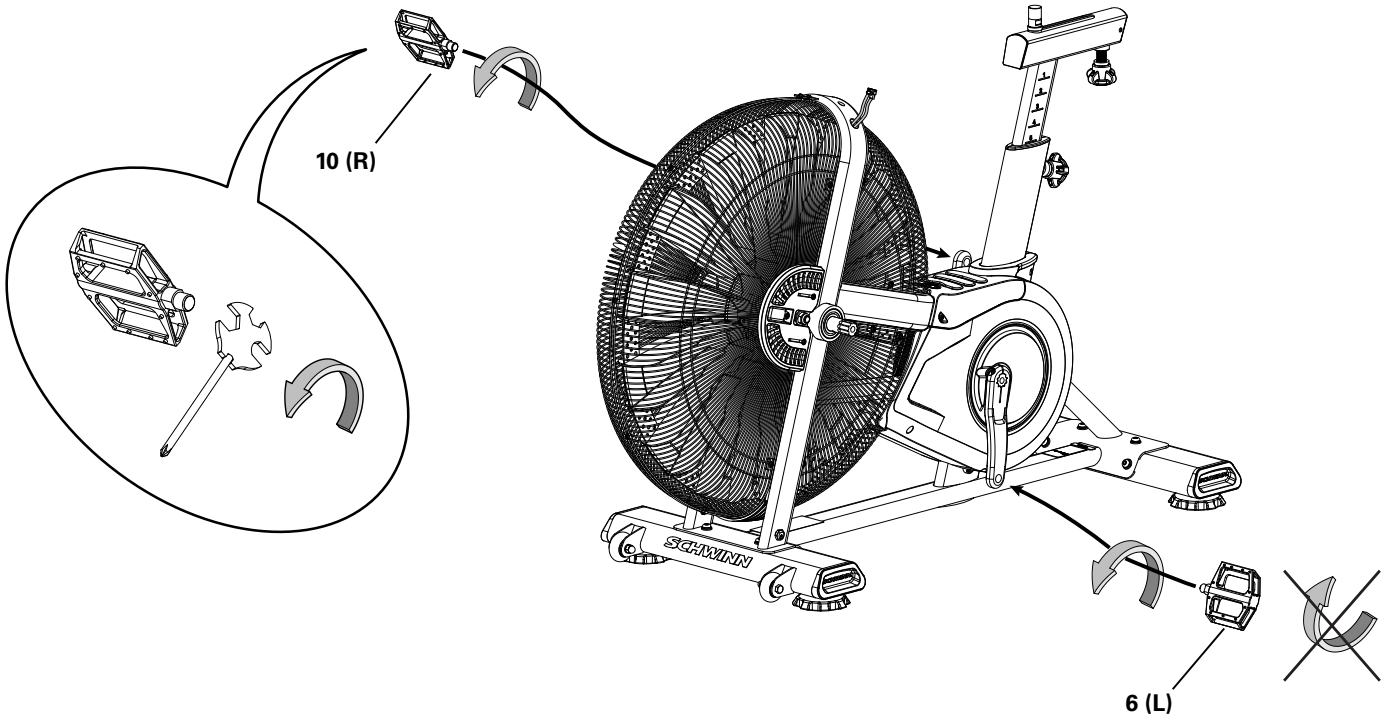
(recomendado)

1. Acople los estabilizadores al ensamblaje del armazón



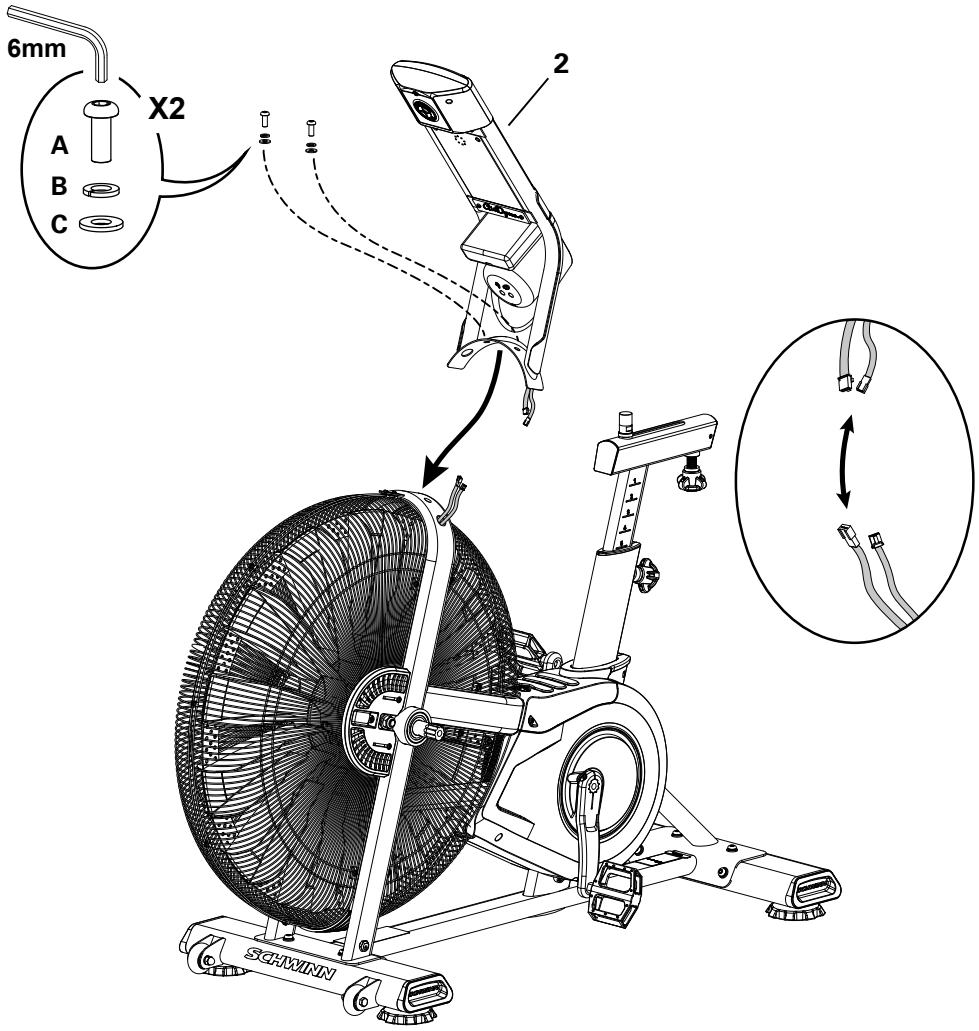
2. Acople los pedales al ensamblaje del armazón

Nota: el pedal izquierdo tiene una rosca inversa. Asegúrese de acoplar los pedales en el lado correcto de la bicicleta. La orientación se aprecia estando sentado en la bicicleta. El pedal izquierdo tiene una "L"; y el derecho, una "R".



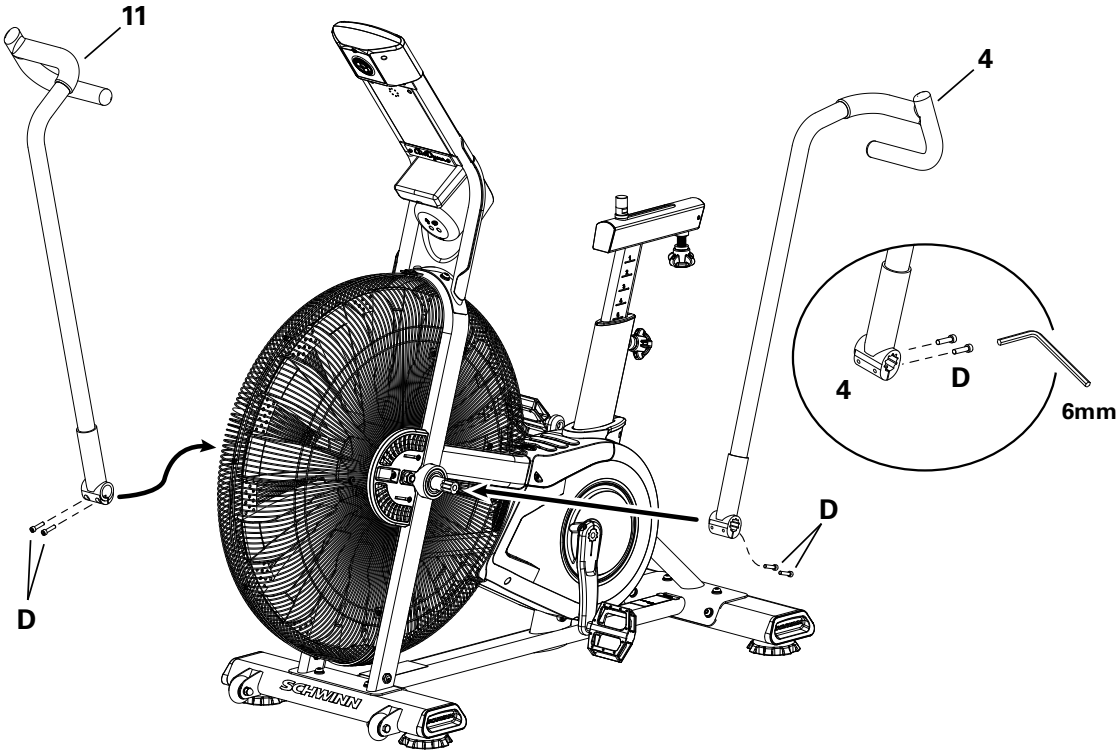
3. Conecte los cables y acople el ensamblaje de la consola/mástil al ensamblaje de armazón

Nota: no tuerza los cables.



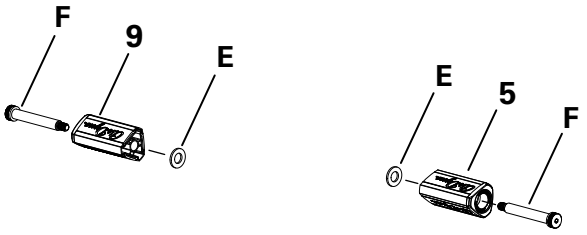
4. Acople los brazos del manubrio al ensamblaje del armazón

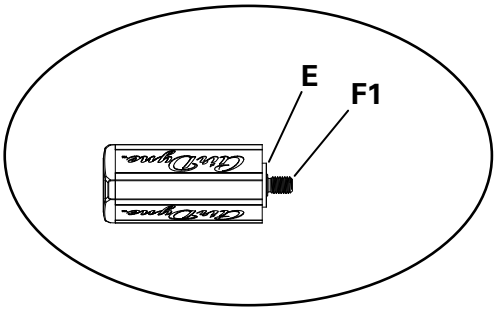
Apriete completamente la tornillería. Asegúrese de que los brazos del manubrio estén firmes antes de ejercitarse.

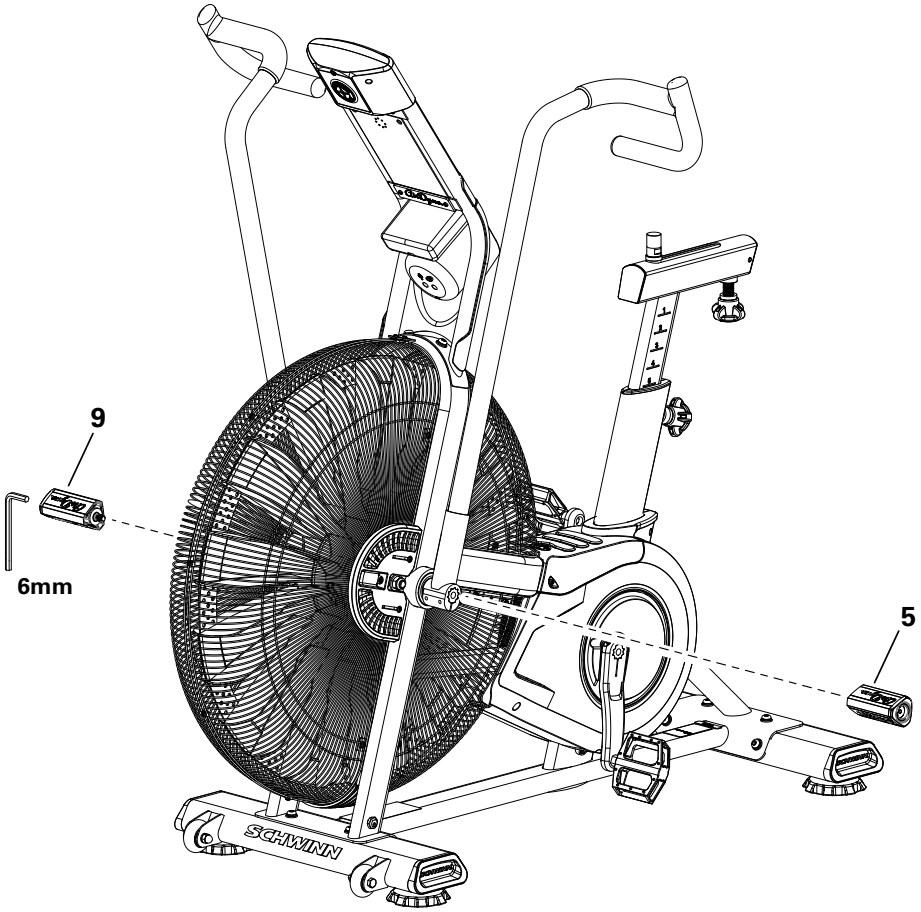


5. Montar los estribos y la tornillería, y acople los estribos al ensamblaje del armazón

AVISO: Presione el perno de tope (F) completamente a través del estribo, y empuje la arandela (E) firmemente en el extremo del estribo. Asegúrese de que la arandela no toca las roscas (F1). No deje que la arandela caiga del estribo durante la instalación.

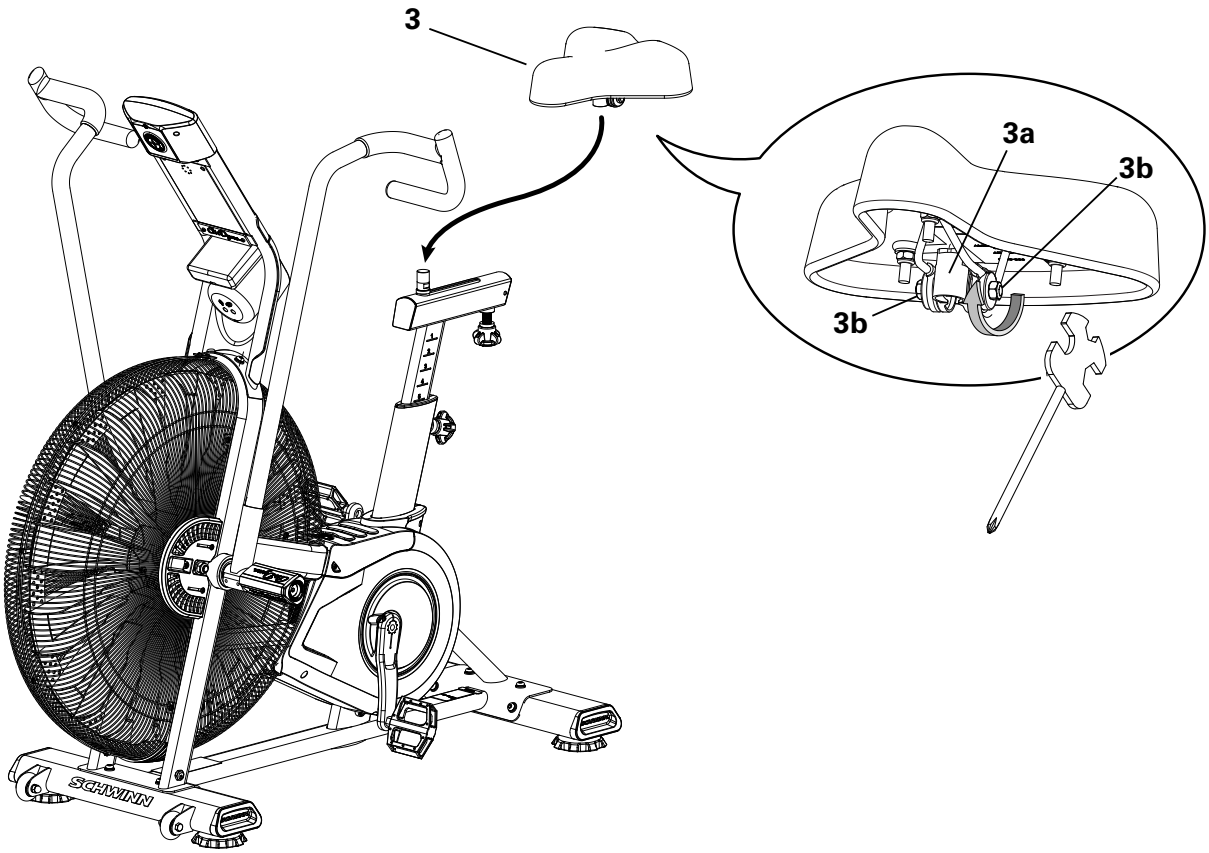






6. Acople el sillín a la columna del sillín

AVISO: asegúrese de que el sillín esté derecho. Apriete las tuercas (3b) de la abrazadera del sillín (3a) para fijar el sillín en esa posición.

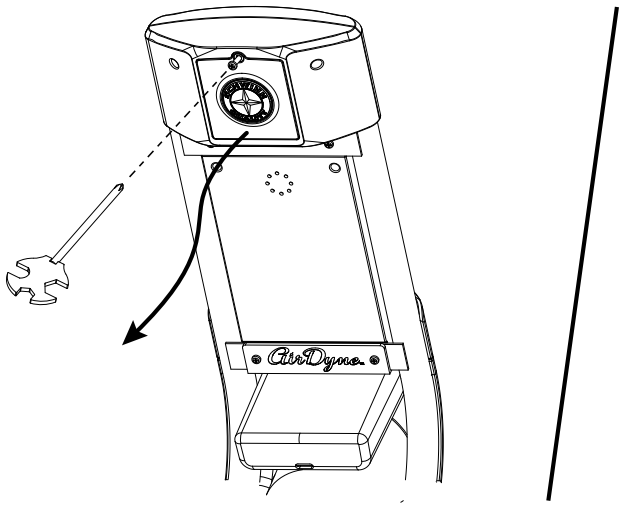


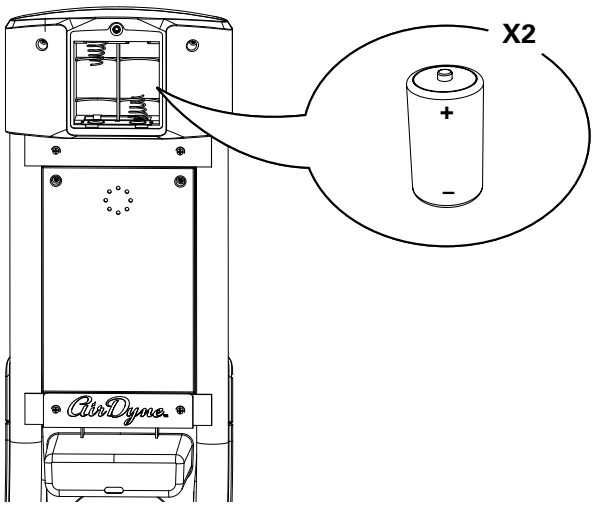
7. Instale las baterías en la consola

Nota: para abrir el compartimiento para la batería, afloje el tornillo preinstalado en la tapa. La consola usa baterías tamaño D (LR20). Asegúrese de que las baterías estén ubicadas en la dirección de las marcas +/– que hay en el compartimiento para las baterías. Si usa baterías recargables, el adaptador de corriente opcional no sirve para recargarlas.

⚠ No mezcle baterías viejas y nuevas.

No mezcle baterías alcalinas, estándar (carbono-zinc) o recargables (Ni-Cd, Ni-MH, etc.).





Adaptador de corriente opcional

La consola de la máquina puede funcionar con alimentación a batería o con alimentación de CA. Para la alimentación de CA, debe pedir el adaptador de corriente opcional. Si están instalados tanto la batería como el adaptador de corriente, la consola usará el adaptador de corriente para funcionar.

Nota: si usa baterías recargables, el adaptador de corriente opcional no sirve para recargarlas.

Después de ensamblar completamente la máquina, conecte el adaptador de corriente a la consola y al tomacorriente de pared.

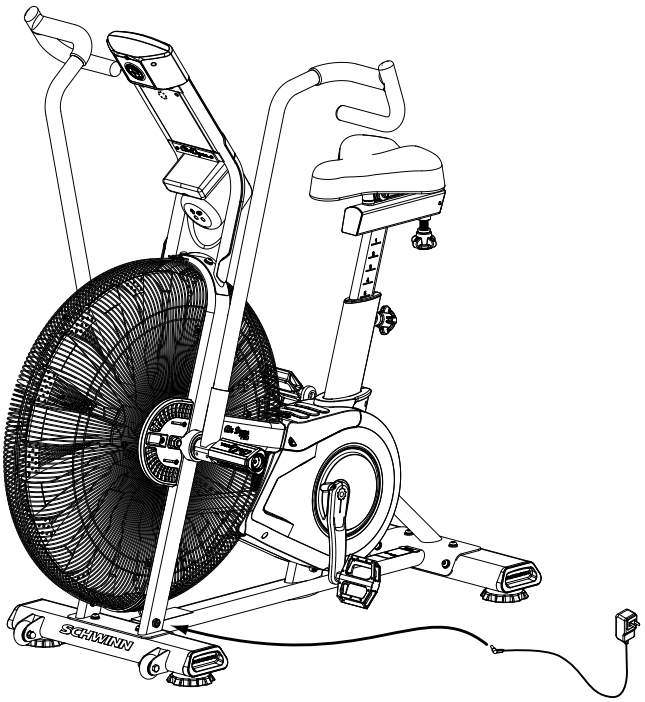
AVISO: si usa un adaptador de corriente para la máquina, asegúrese de que el cable se mantenga fuera de la trayectoria de los pedales.

AVISO: se recomienda retirar la batería cuando no se use para evitar daños debido a corrosión de la batería.

Para pedir el adaptador de corriente opcional vaya a:

www.SchwinnFitness.com/powersupply

O bien, llame al 1 (800) 605–3369.



8. Inspección final

Inspeccione la máquina para asegurarse de que toda la tornillería esté apretada y de que los componentes estén correctamente ensamblados.

Asegúrese de anotar el número de serie en el espacio correspondiente al principio de este manual.

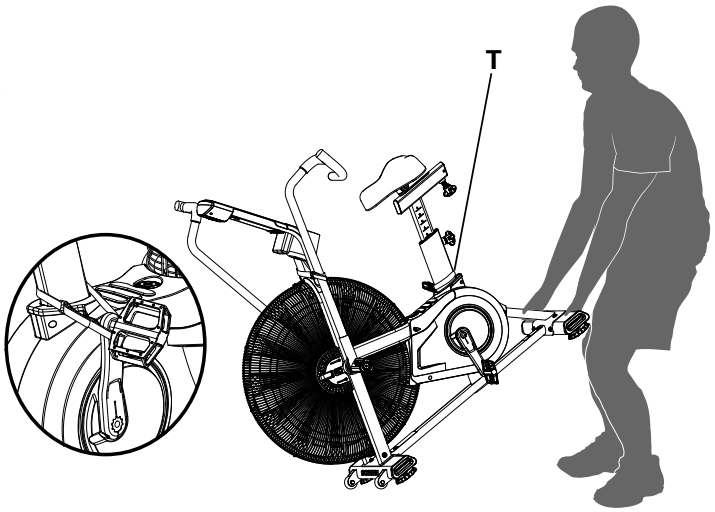
⚠ No use ni ponga la máquina en servicio hasta que esté completamente ensamblada y haya sido revisada para comprobar su correcto funcionamiento, según lo indicado en el Manual del usuario.

Traslado de la máquina

La máquina puede ser trasladada por una o más personas, según sus capacidades y destrezas físicas. Asegúrese de que tanto usted como las demás personas sean físicamente capaces y aptas para mover la máquina de manera segura. Use técnicas de levantamiento y precauciones de seguridad apropiadas.

1. Asegure la biela a la columna del sillín con la correa de transporte e inmovilización (T).
2. Use el estabilizador trasero para levantar cuidadosamente la máquina hasta que se apoye sobre los rodillos para transporte.

   Nota: asegúrese de mantener el ensamblaje del ventilador separado del piso.
3. Empuje la máquina hasta el lugar deseado.
4. Baje cuidadosamente la máquina hasta que quede en el lugar deseado.



AVISO: tenga cuidado al mover la máquina. Todos los movimientos bruscos pueden afectar el funcionamiento de la computadora.

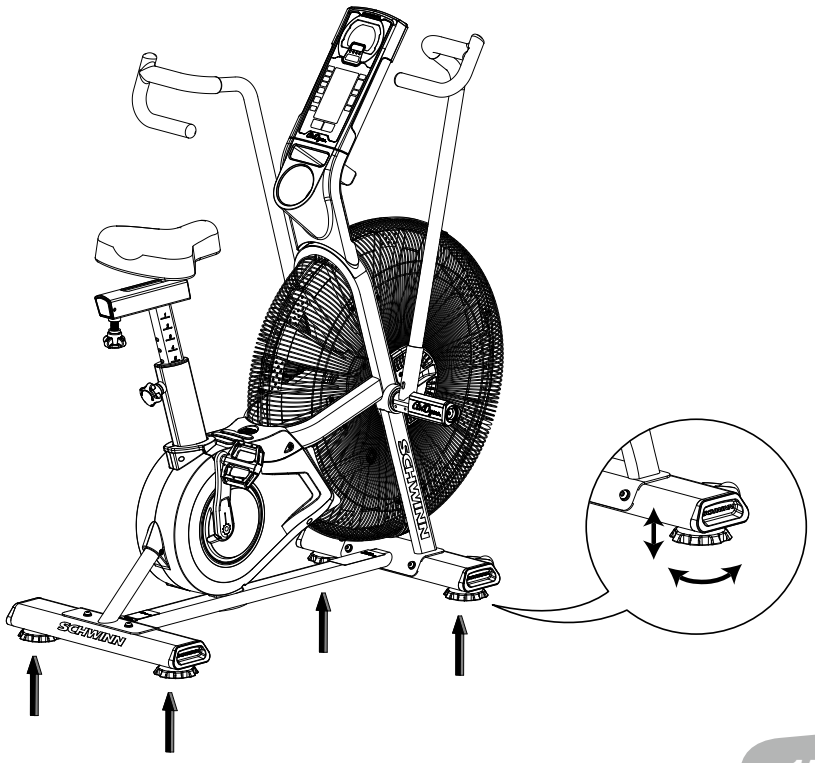
Nivelación de la máquina

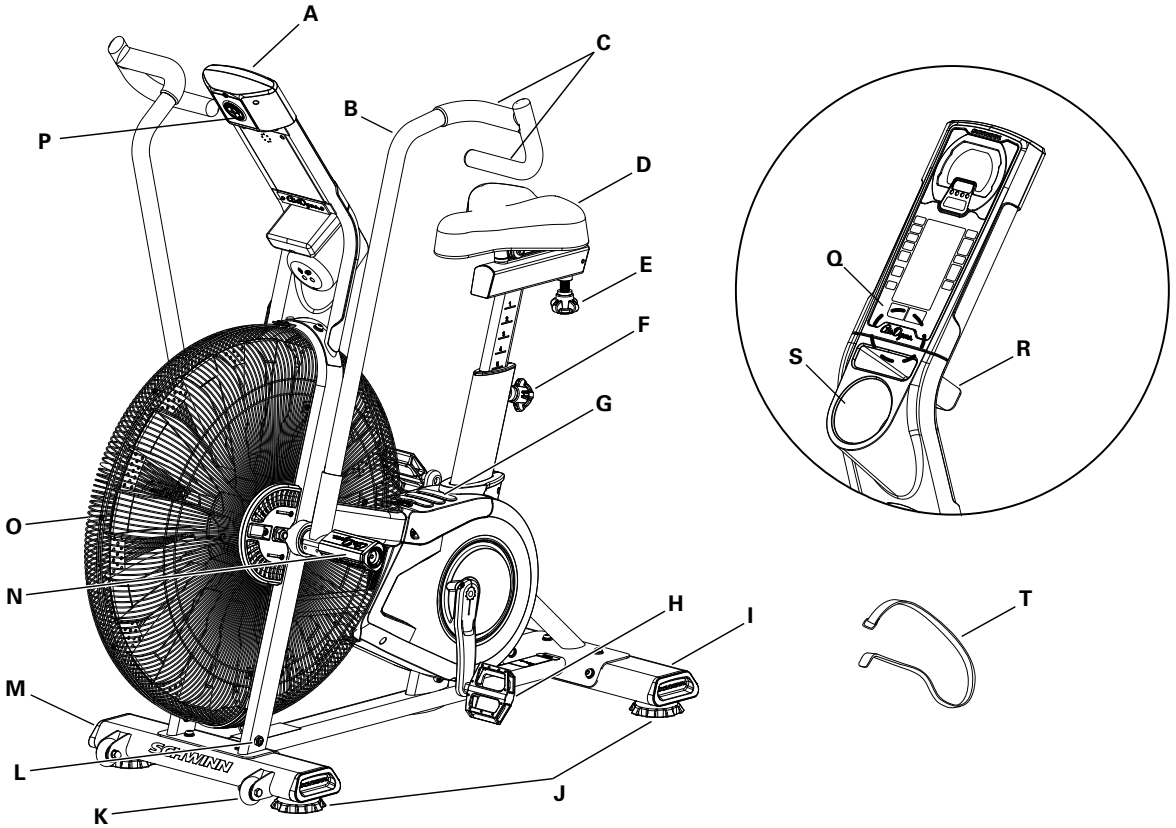
La máquina necesita estar nivelada si su área de entrenamiento no es plana. Los niveladores se encuentran a cada lado de los estabilizadores. Para ajustar:

1. Instale la máquina en su área de entrenamiento.
2. Gire las patas estabilizadoras para ajustar hasta que estén bien equilibradas y en contacto con el piso.

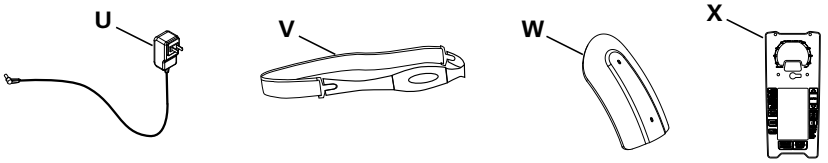
No ajuste los niveladores a una altura excesiva que ocasione que se separen o desenrosquen de la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.

Asegúrese de que la máquina esté nivelada y estable antes de ejercitarse en ella.





A	Consola	H	Pedal	O	Ventilador de resistencia de aire
B	Manubrio	I	Estabilizador, trasero	P	Compartimiento para baterías
C	Asimiento de asa	J	Nivelador	Q	Receptor de telemetría de la frecuencia cardíaca (HR)
D	Sillín	K	Rodillo para transporte	R	Soporte para medios
E	Perilla de ajuste del deslizador del sillín	L	Conector de alimentación	S	Soporte para botella de agua
F	Perilla de ajuste de la columna del sillín	M	Estabilizador, delantero	T	Correa de transporte e inmovilización
G	Reposapiés	N	Estribo		



Accesorios

U	Adaptador de energía	W	Desviador de aire AirDyne®
V	Banda de pecho de frecuencia cardíaca remota	X	Tablero franco canadiense de la consola

Para hacer un pedido, visite www.schwinnfitness.com o llame al 1 (800) 605-3369.

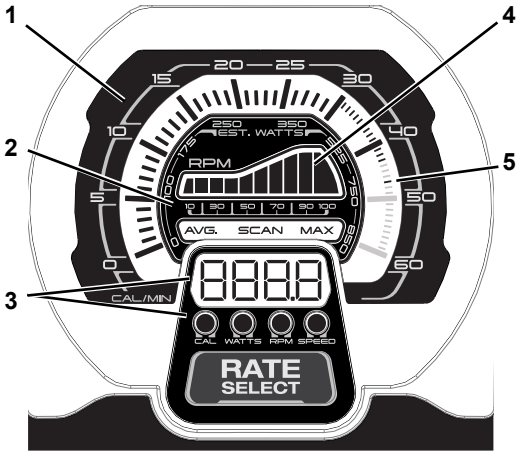
Características de la consola

La consola muestra información acerca de su entrenamiento en las pantallas de visualización.

Programas

- Manual
- Intervalo 20/10
- Intervalo 30/90
- Intervalo personalizado
- Objetivo de tiempo
- Zonas de frecuencia cardíaca
- Objetivo de calorías
- Objetivo de kilojulios
- Objetivo de millas
- Objetivo de kilómetros

Visualización del tacómetro



1. **Pantalla del tacómetro de LCD**: el medidor se divide en 60 segmentos que muestran las métricas CAL/MIN y WATTS del entrenamiento actual. Para los valores de CAL/MIN el medidor utiliza dos escalas lineales: cada segmento con marca grande (0-30) indica 1 caloría/minuto, y cada segmento con marca pequeña (30-60) indica 1 caloría/minuto.

2. **Etiquetas de métrica del tacómetro**: indica el tipo de valores que actualmente aparecen en la pantalla del tacómetro:
• AVG: los valores promedio solo se muestran durante el resumen del entrenamiento.

• SCAN: en modo de análisis, el tacómetro automáticamente recorre las métricas de frecuencia. Cada pantalla de frecuencia se muestra durante 3 segundos.

• MAX: los valores máximos solo se muestran durante el resumen del entrenamiento.

3. **Pantalla del tacómetro**: muestra los valores numéricos para las siguientes frecuencias:
• CAL/MIN: las calorías quemadas por minuto estimadas (según la métrica de Watts). El máximo que puede visualizarse es 999.9.

• WATTS: la energía que está produciendo al nivel de la resistencia actual (1 caballo de fuerza = 746 watts). El valor máximo es 9999.

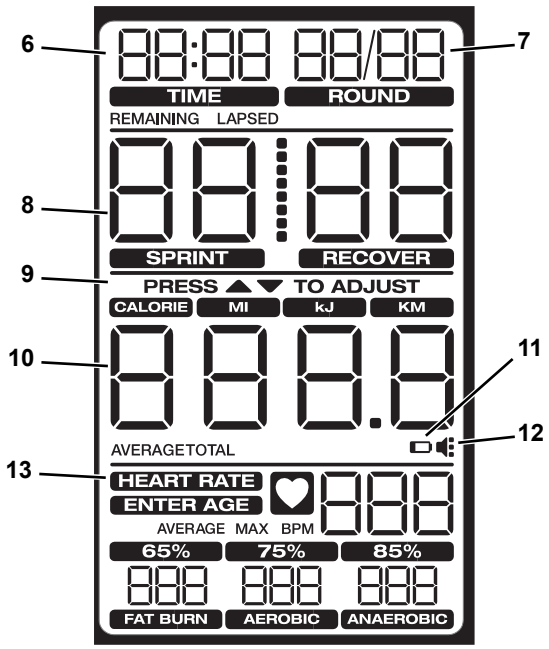
• RPM: las revoluciones por minuto (RPM) de la máquina. El máximo que puede visualizarse es 9999.

• SPEED: la velocidad de la máquina en kilómetros por hora ("KM") o millas por hora ("M") con un decimal (por ejemplo, 3.4 o 10.5). El máximo que puede visualizarse es 999.9.

4. **Tach hill** (Tacómetro en pendiente): representa el rendimiento del usuario en RPM en una escala lineal de 1-100 (dividida en 10 segmentos).

5. Marca **MAX CAL/MIN**: la marca más alta alcanzada (en la pantalla LCD del tacómetro) permanece activa para mostrar el esfuerzo máximo durante el entrenamiento actual.

Pantalla de datos de programas



6. **TIME**
El campo de la pantalla TIME se usa solo para entrenamientos en intervalos. Durante el entrenamiento, muestra el tiempo restante. Durante el resumen del entrenamiento, muestra el tiempo total.

7. **ROUND**
El campo de la pantalla ROUND se usa solo para entrenamientos en intervalos. El primer segmento 00 muestra el número de vuelta actual. El segundo segmento 00 muestra el número total de vueltas. La cantidad máxima de vueltas es 49.

8. **Área TIME/INTERVAL**
El campo de la pantalla TIME/INTERVAL tiene dos modos: Default (predeterminado) e Interval (intervalo). Las etiquetas Sprint (Carrera a toda velocidad) y Recover (Recuperación) están activas solo para los programas en intervalos.

El modo Default (predeterminado) muestra el tiempo transcurrido o restante, según el programa que se esté utilizando. El tiempo se marca hasta los 99 minutos y 59 segundos (el tiempo máximo).

El modo Interval (intervalo) muestra el estado de entrenamiento (Sprint/Recover) y el tiempo restante en ese estado. El máximo es de 99 segundos en cada estado.

9. **PRESIONE ▲/▼ PARA AJUSTAR**
El mensaje “PRESS ▲/▼ TO ADJUST” aparece solamente antes de un entrenamiento para la opción de aumentar/disminuir un objetivo o número de intervalos. La métrica personalizable parpadea hasta que se ajusta.

10. **Métricas acumulativas**
El campo de métricas acumulativas de la pantalla muestra el ejercicio (CALORIES, kJ) o la distancia (MI, KM) alcanzada durante el entrenamiento. Los programas Manual (Manual) e Interval (Intervalo) parten de 0 en adelante. En Target programs (Programas objetivo) la métrica objetivo muestra la cuenta regresiva hasta llegar a 0, pero las demás métricas aumentan. Presione el botón de selección de CAL MI Kj KM para pasar de una métrica a otra.

Las etiquetas AVERAGE (PROMEDIO) y TOTAL (TOTAL) identifican los valores en el resumen de entrenamiento.

11. **Indicador de batería**
El indicador de batería se enciende cuando el nivel de la batería está en 25% o menos.

12. **Volumen**
El ícono de volumen del alerta de audio siempre está activo. Los tres puntos que aparecen a la derecha indican el ajuste de volumen. (El ícono Off: de apagado no tiene puntos, el ícono Full: o completo muestra los tres puntos).

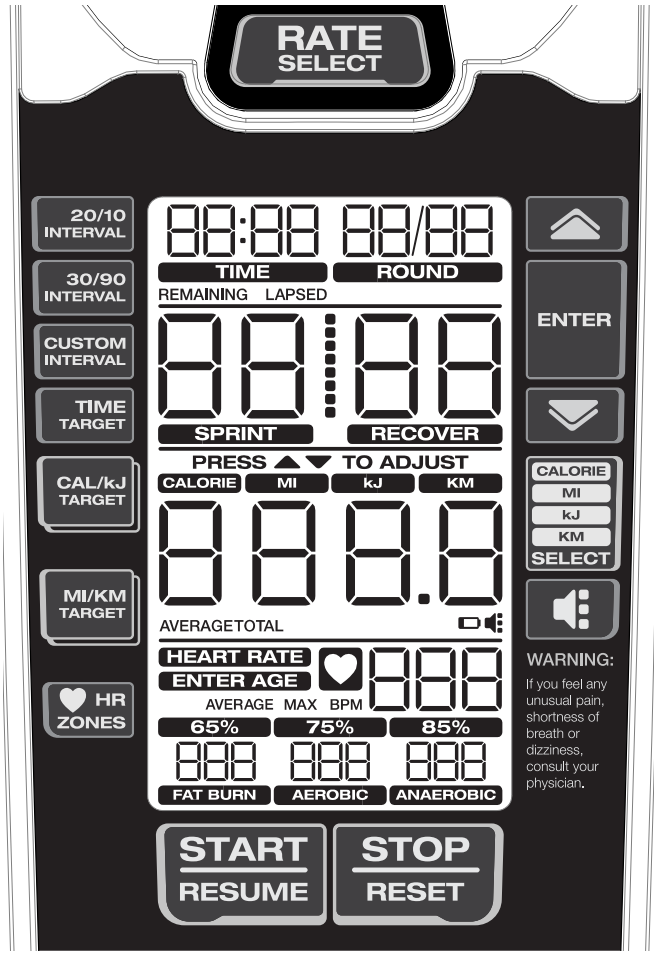
13. **Área de frecuencia cardíaca**
La pantalla HEART RATE (Frecuencia cardíaca) muestra la frecuencia cardíaca en latidos por minuto (LPM) proveniente del sensor telemétrico para frecuencia cardíaca. El ícono parpadeará cuando reciba una señal de la banda telemétrica para la frecuencia cardíaca. Este valor de la pantalla estará en blanco si no se detecta una señal de frecuencia cardíaca. Las etiquetas AVERAGE (PROMEDIO) y MAX (MÁXIMO) identifican los valores de frecuencia cardíaca en el resumen de entrenamiento.

⚠ Consulte a un médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Deje de ejercitarse si siente dolor o tensión en el pecho, si tiene dificultad para respirar o si siente que va a desmayarse. Comuníquese con su médico antes de volver a usar la máquina. Use los valores calculados o medidos por la computadora de la máquina solo como referencia. La frecuencia cardíaca que se muestra en la consola es una aproximación y deberá utilizarse solamente como referencia.

El mensaje “ENTER AGE” (Introducir edad) se activa si el usuario presiona el botón HR ZONES (Zonas de frecuencia cardíaca). La edad predeterminada es de 35.

Los valores en los campos de la zona de frecuencia cardíaca FAT BURN (Quema de grasa), AEROBIC (Ejercicio aeróbico) y ANAEROBIC (Ejercicio anaeróbico) se calculan a partir del valor de edad.

Funciones del teclado



Botón RATE SELECT (Selección de frecuencia): sirve para pasar por las opciones de la pantalla del tacómetro (CAL/MIN, WATTS, RPM, VELOCIDAD). Mantenga presionado el botón durante 3 segundos para ir al modo SCAN (Escaneo) y recorrer las frecuencias automáticamente. Cada frecuencia se muestra durante 3 segundos. Para salir del modo de escaneo, presione el botón de Rate Select para seleccionar la frecuencia.

Botón 20/10 INTERVAL (Intervalo 20/10): selecciona el entrenamiento en el intervalo 20/10.

Botón 30/90 INTERVAL (Intervalo 30/90): selecciona el entrenamiento en el intervalo 20/10.

Botón CUSTOM INTERVAL (Intervalo personalizado): selecciona el entrenamiento en intervalo personalizado.

Botón TIME TARGET (Objetivo de tiempo): selecciona el entrenamiento con objetivo de tiempo.

Botón CAL/kJ TARGET (Objetivo de cal/Kj): presione este botón una vez para seleccionar el entrenamiento objetivo de calorías. Presiónelo dos veces para seleccionar el entrenamiento objetivo en kJ.

Botón MI/KM TARGET (Objetivo de Km/Mi): presione este botón una vez para seleccionar el entrenamiento objetivo en millas. Presiónelo dos veces para seleccionar el entrenamiento objetivo en kilómetros.

Botón HR ZONES (Zonas de frecuencia cardíaca): presiónelo antes o durante cualquier entrenamiento para iniciar el cálculo de zonas de frecuencia cardíaca.

Botón de aumento (▲): aumenta un valor (tiempo, objetivo o edad) o se mueve por las opciones. Manténgalo presionado para acceso rápido.

Botón ENTER (Intro): confirma un ajuste de las zonas de frecuencia cardíaca y el programa de intervalo personalizado.

Botón de disminución (▼): disminuye un valor (tiempo, objetivo o edad) o se mueve por las opciones. Manténgalo presionado para acceso rápido.

Botón de selección CAL MI Kj KM: pasa por las métricas acumulativas.

Botón de volumen: se mueve por los cuatro niveles de volumen del alerta de audio: apagado, bajo, medio (predeterminado), alto, medio, bajo, apagado

Botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar): inicia el temporizador y reanuda un entrenamiento en pausa.

Botón STOP/RESET (Alto/Reiniciar): presione este botón una vez para detener el entrenamiento y mostrar el resumen. Presiónelo dos veces para reiniciar la consola y borrar datos (excepto en el caso del programa de intervalo personalizado).

Monitor remoto de frecuencia cardíaca

La supervisión de su frecuencia cardíaca es uno de los mejores procedimientos para controlar la intensidad de su ejercicio. La consola puede leer señales de frecuencia cardíaca de telemetría provenientes de un transmisor de banda de pecho para frecuencia cardíaca que funcione en el rango de 4.5 a 5.5 kHZ.

Nota: la banda de pecho para frecuencia cardíaca debe ser una banda para frecuencia cardíaca no codificada de Polar Electro o un modelo no codificado compatible con POLAR®. (Las bandas de pecho para frecuencia cardíaca codificadas de POLAR® como las bandas de pecho POLAR® OwnCode® no funcionarán con este equipo).

⚠ Si usted tiene un marcapasos u otro dispositivo electrónico implantado, consulte a su médico antes de usar una banda de pecho inalámbrica u otro monitor telemétrico de la frecuencia cardíaca.

Cálculos de la frecuencia cardíaca

La frecuencia cardíaca máxima generalmente disminuye con la edad, comenzando con unos 220 latidos por minuto (BPM) en la niñez hasta llegar a unos 160 BPM a los 60 años. Esta caída de la frecuencia cardíaca en general es lineal, con una disminución de aproximadamente 1 BPM por año. No hay indicios de que el entrenamiento influya en la disminución de la frecuencia cardíaca máxima. Personas de la misma edad pueden tener diferentes frecuencias cardíacas máximas. Es más preciso determinar este valor sometiéndose a una prueba de esfuerzo que usar una fórmula relacionada con la edad.

El entrenamiento de resistencia influye en su frecuencia cardíaca en reposo. El adulto típico tiene una frecuencia cardíaca en reposo de unos 72 LPM, mientras que los corredores muy entrenados pueden tener 40 LPM o menos.

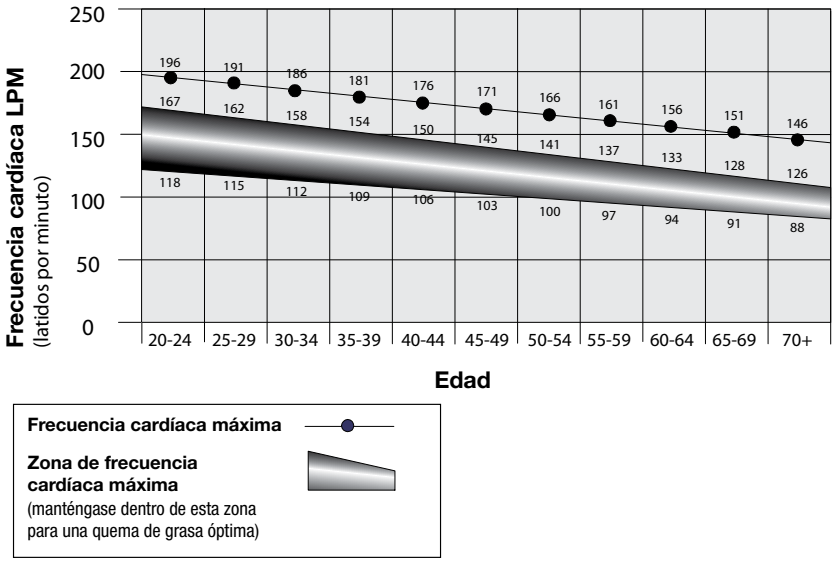
La tabla de frecuencia cardíaca es una estimación de la zona de frecuencia cardíaca (HRZ, por su sigla en inglés) que es eficaz para quemar grasa y mejorar su sistema cardiovascular. Las condiciones físicas varían; por lo tanto, su HRZ podría ser varios latidos mayor o menor que el valor que se muestra.

El procedimiento más eficaz para quemar grasa durante el ejercicio es comenzar a un ritmo lento y aumentar gradualmente la intensidad hasta que su frecuencia cardíaca alcance entre el 60 y el 85% de su frecuencia cardíaca máxima. Continúe a ese ritmo, manteniendo su frecuencia cardíaca en esa zona objetivo durante más de 20 minutos. Mientras más tiempo mantenga su frecuencia cardíaca objetivo, más grasa quemará su cuerpo.

El gráfico es una pauta concisa que describe las frecuencias cardíacas objetivo que se sugieren generalmente en función de la edad. Tal como se indicó antes, su frecuencia cardíaca objetivo óptima puede ser más alta o más baja. Consulte a su médico para conocer su zona de frecuencia cardíaca objetivo individual.

Nota: al igual que con todos los regímenes de ejercicios y acondicionamiento físico, use siempre su mejor criterio cuando aumente el tiempo o la intensidad del ejercicio.

FRECUENCIA CARDÍACA OBJETIVO PARA QUEMAR GRASA



Calibración

La consola tiene un sensor de temperatura y presión incorporado que calibra automáticamente la resistencia de salida para diferencias en la presión de aire (causadas por ehjemplo por la altitud). Además, la consola tiene un procedimiento de calibración manual. El procedimiento de calibración ajusta los cálculos de resistencia de la consola teniendo en cuenta diferencias en la tensión de la banda y fricción en los rodamientos.

Lo que debe usar

Use zapatos deportivos con suela de goma. Necesitará ropa adecuada para hacer ejercicios que le permita moverse libremente.

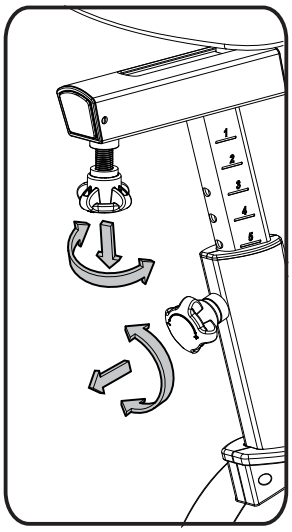
¿Con qué frecuencia debe hacer ejercicios?

⚠ Consulte a su médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Deje de ejercitarse si siente dolor o tensión en el pecho, si tiene dificultad para respirar o si siente que va a desmayarse. Comuníquese con su médico antes de volver a usar la máquina. Use los valores calculados o medidos por la computadora de la máquina solo como referencia. La frecuencia cardíaca mostrada es una aproximación y deberá utilizarse solamente a modo de referencia.

- Tres veces por semana durante 20 minutos diarios.
- Programe sus sesiones de entrenamiento con antelación y procure respetar el programa.

Ajuste del sillín

La instalación correcta del sillín ayuda a la eficiencia y comodidad del ejercicio; a la vez, reduce el riesgo de lesiones.



1. Con un pedal desplazado hacia adelante, ponga el talón de su pie en la parte más inferior de éste. Su pierna debe estar levemente doblada en la rodilla.
2. Si la pierna está demasiado recta o el pie no alcanza a tocar el pedal, necesita mover el sillín hacia abajo. Si la pierna está demasiado doblada, necesita mover el sillín hacia arriba.

⚠ Bájese de la máquina antes de ajustar el sillín.

3. Afloje y tire de la perilla de ajuste de la columna del sillín. Ajuste el sillín a la altura deseada.

⚠ No levante la columna del sillín por encima de las marca "STOP" en dicha columna.

4. Suelte la perilla de ajuste del poste del sillín para fijar el pasador de bloqueo. Asegúrese de que el pasador esté completamente fijo y apriete bien la perilla de ajuste.
5. Para acercar o alejar el sillín de la consola, suelte la perilla de ajuste del sillín. Deslice el sillín a la posición deseada y apriete bien la perilla.

Cómo usar la máquina

⚠ Tenga en cuenta que los pedales, los manubrios y el ventilador de resistencia están conectados y que cuando cualquiera de estas piezas se mueve, la otra lo hace también.

Súbase a la máquina con cuidado y use el reposapiés si es necesario. Ajuste el sillín y los pedales antes de comenzar un entrenamiento.

Entrenamiento para la parte inferior del cuerpo: Pedalee lentamente con los brazos relajados a los lados del cuerpo o con las manos descansando sobre los asimientos manuales mientras el manubrio se mueve.

Entrenamiento para todo el cuerpo: Tome los asimientos manuales con las palmas hacia abajo. Empuje y tire del manubrio a medida que pedalea, manteniendo los codos abajo y cerca del cuerpo.

Entrenamiento para la parte superior del cuerpo: Tome firmemente los asimientos manuales con las palmas hacia abajo y ponga los pies sobre los estribos. Inclínese ligeramente hacia adelante a partir de su cadera con la espalda derecha y los hombros abajo. Ahora empuje y tire del manubrio.

Nota: quizá necesite empujar con seguridad un pedal para ayudarse a empezar un entrenamiento.

Para aumentar la resistencia del aire y la carga, aumente el nivel de actividad. Para ejercitar todos los grupos musculares de sus brazos, cambie la forma de asir poniendo las palmas hacia arriba durante una parte del entrenamiento.

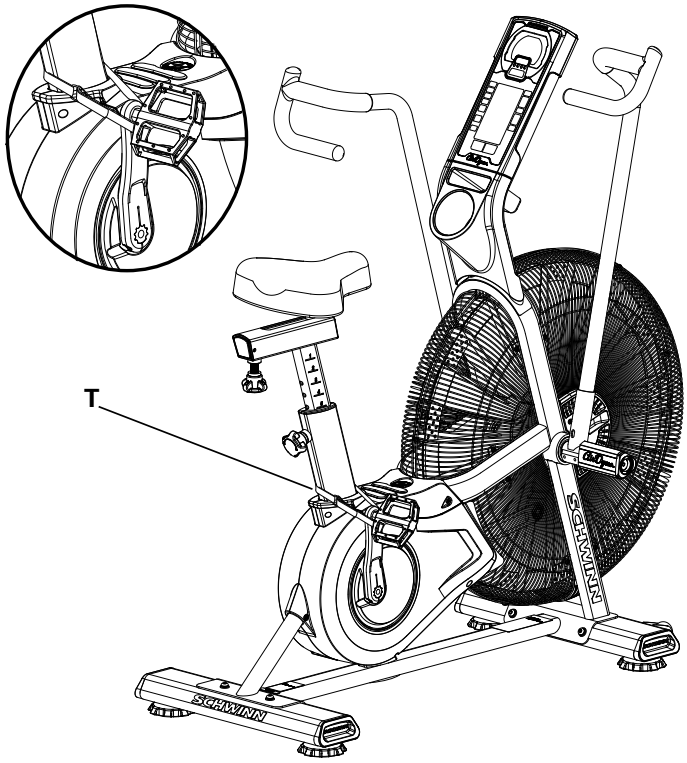
Cuando termine su entrenamiento, reduzca la velocidad del ventilador de resistencia hasta que la máquina se detenga completamente.

⚠ Esta máquina no puede detener los pedales de manera independiente al ventilador de resistencia. Reduzca la velocidad para ralentizar el ventilador de resistencia y los pedales hasta que se detengan. No se baje de la bicicleta hasta que los pedales se detengan completamente.

Cómo asegurar el ensamblaje del ventilador/ almacenamiento

Cuando la máquina no esté en uso, asegure el ensamblaje del ventilador con la correa de transporte e inmovilización. El ensamblaje del ventilador debe asegurarse para almacenar la máquina.

⚠ Para un almacenamiento seguro de la máquina, retire las baterías e instale la correa de transporte e inmovilización para asegurar el ventilador de resistencia. Coloque la máquina en un lugar seguro, alejado de niños y mascotas. Tenga en cuenta que los pedales, los manubrios y el ventilador de resistencia están conectados y que cuando cualquiera de estas piezas se mueve, la otra lo hace también.



Para asegurar el ensamblaje del ventilador:

1. Mueva los pedales de modo que una de las bielas esté lo más cerca posible de la columna del sillín.
2. Coloque la correa de transporte e inmovilización (T) alrededor de la biela y la columna del sillín y pase el extremo de la correa a través del anillo de metal. Apriete la correa para evitar que se muevan los pedales y asegurar la correa.

Modo de encendido/reposo

La consola entrará al modo Power-Up / Idle (Encendido/reposo) si se presiona cualquier botón o si esta recibe una señal del sensor RPM como resultado de accionar los pedales de la máquina.

Nota: la consola mostrará el indicador de la batería si el nivel de batería es de 25% o menos.

Apagado automático (modo de inactividad)

Si la consola no recibe ningún dato durante aproximadamente 5 minutos, esta se apagará automáticamente. La pantalla LCD permanece apagada mientras está en el modo de inactividad.

Nota: la consola no tiene un interruptor de encendido/apagado.

Manual Workout (Entrenamiento manual)

El programa manual le permite iniciar un entrenamiento sin ingresar información alguna.

1. Siéntese en la máquina.
2. Cuando la consola está en modo de reposo, presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el programa de entrenamiento y comenzar a pedalear.

3. Para pausar el entrenamiento y ver las métricas, presione el botón STOP/RESET (Alto/Reiniciar) una vez. Presione START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para continuar.
4. Cuando termine su entrenamiento, presione el botón STOP/RESET (Alto/Reiniciar) dos veces para finalizar el entrenamiento.

Intervalo de entrenamiento 20/10

La consola le permite seleccionar un entrenamiento en intervalos de 20 segundos de carrera a toda velocidad seguida de 10 segundos de recuperación (1 intervalo). El número predeterminado de intervalos es 8 (tiempo total: 4 minutos).

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón 20/10 INTERVAL (Intervalo 20/10).
3. El campo ROUND (Vuelta) parpadea (el valor predeterminado es 8). Para cambiar el número de vueltas, utilice los botones para aumentar/disminuir.
4. Presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el temporizador y comenzar a pedalear. La consola inicia la cuenta regresiva.
5. El programa comienza en la fase de carrera a toda velocidad y hace la cuenta regresiva de cada fase y brinda el tiempo total de entrenamiento. Los valores de entrenamiento y distancia aumentan. Se emite una alerta sonora durante 3 segundos antes de cada cambio de fase.

Intervalo de entrenamiento 30/90

La consola le permite seleccionar un entrenamiento en intervalos de 30 segundos de carrera a toda velocidad seguida de 90 segundos de recuperación (1 vuelta). El número predeterminado de vueltas es de 8 (tiempo total: 16 minutos).

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón 30/90 INTERVAL (Intervalo 30/90).
3. El campo ROUND (Vuelta) parpadea (el valor predeterminado es 8). Para cambiar el número de vueltas, utilice los botones para aumentar/disminuir.
4. Presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el temporizador y comenzar a pedalear. La consola inicia la cuenta regresiva.
5. El programa comienza en la fase de carrera a toda velocidad y hace la cuenta regresiva de cada fase y brinda el tiempo total de entrenamiento. Los valores de entrenamiento y distancia aumentan. Se emite una alerta sonora durante 3 segundos antes de cada cambio de fase.

Entrenamiento con intervalo personalizado

La consola le permite seleccionar un entrenamiento con intervalo personalizado e introducir sus propios valores de carrera a toda velocidad, recuperación y cantidad de vueltas. La consola recordará estos ajustes hasta que se reemplace la batería.

1. Siéntese en la máquina y comience a pedalear.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón CUSTOM INTERVAL (Intervalo personalizado).
3. La consola mostrará los valores predeterminados o los últimos valores personalizados. Parpadea el campo ROUND (Vuelta).

   Nota: el valor predeterminado de vueltas es 5 (el máximo es de 99). El valor predeterminado de carrera a toda velocidad 60 (el máximo es de 99). El valor predeterminado de recuperación es 60 segundos (el máximo es de 99).

4. Parpadea el campo ROUND (Vuelta). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución y pulse ENTER para confirmar e ir al campo siguiente.
5. Parpadea el campo SPRINT (Carrera a toda velocidad). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución para ajustar el tiempo en incrementos de 5 segundos. Presione ENTER para confirmar e ir al campo siguiente.

6. Parpadea el campo RECOVER (Recuperación). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución para ajustar el tiempo en incrementos de 5 segundos. Presione ENTER para confirmar.
7. Presione START/RESUME para iniciar el temporizador. La consola inicia la cuenta regresiva.
8. El programa comienza en la fase de carrera a toda velocidad y hace la cuenta regresiva de cada fase y brinda el tiempo total de entrenamiento. Los valores de entrenamiento y distancia aumentan. Se emite una alerta sonora durante 3 segundos antes de cada cambio de fase.

Entrenamiento con objetivo de tiempo

La consola le permite seleccionar un entrenamiento con objetivo de tiempo e ingresar su propio valor de tiempo. El valor predeterminado es de 10 minutos.

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón TIME TARGET (Objetivo de tiempo).
3. El campo TIME/INTERVAL (Tiempo/Intervalo) parpadea (el valor predeterminado es 10:00). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución para ajustar en incrementos de 1 minuto.
4. Presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el temporizador y comenzar a pedalear. La consola inicia la cuenta regresiva.
5. El programa se inicia y se inicia la cuenta regresiva del tiempo. Los valores de CALORÍAS, kJ, MI y KM aumentan.

Entrenamiento con objetivo de calorías

La consola le permite seleccionar un entrenamiento con objetivo de calorías e ingresar su propio valor de calorías. El valor predeterminado es de 100 calorías.

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón CAL/kJ TARGET (Objetivo de CAL/kJ).
3. El campo CALORIE (Calorías) parpadea (el valor predeterminado es 100). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución para ajustar en incrementos de 25 calorías.
4. Presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el temporizador y comenzar a pedalear. La consola inicia la cuenta regresiva.
5. El programa se inicia y se inicia la cuenta regresiva de calorías. Los valores de tiempo total, kJ, MI y KM aumentan.

Entrenamiento con objetivo de kilojulios (kJ)

La consola le permite seleccionar un entrenamiento con objetivo de kilojulios e ingresar su propio valor de kilojulios. El valor predeterminado es de 400 kilojulios.

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón CAL/kJ TARGET (Objetivo de CAL/kJ) dos veces.
3. El campo de métrica de kJ parpadea (el valor predeterminado es 400). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución para ajustar en incrementos de 100 kilojulios.
4. Presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el temporizador y comenzar a pedalear. La consola inicia la cuenta regresiva.
5. El programa se inicia y se inicia la cuenta regresiva de kilojulios. Los valores de tiempo total, CALORÍAS, MI y KM aumentan.

Entrenamiento con objetivo de millas

La consola le permite seleccionar un entrenamiento con objetivo de millas e ingresar su propio valor de millas. El valor predeterminado es 1 milla.

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón MI/KM TARGET (Objetivo de MI/KM).
3. El campo MI parpadea (el valor predeterminado es 1.0). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución para ajustar en incrementos de 0.5 milla.
4. Presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el temporizador y comenzar a pedalear. La consola inicia la cuenta regresiva.
5. El programa se inicia y se inicia la cuenta regresiva de millas. Los valores de tiempo total, CALORIE, kJ y KM aumentan.

Entrenamiento con objetivo de kilómetros

La consola le permite seleccionar un entrenamiento con objetivo de kilómetros e ingresar su propio valor de kilómetros. El valor predeterminado es de 1 kilómetro.

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón MI/KM TARGET (Objetivo de MI/KM) dos veces.
3. El campo KM parpadea (el valor predeterminado es 1.0). Para cambiar el valor, utilice los botones de aumento o disminución para ajustar en incrementos de 1 kilómetro.
4. Presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar) para iniciar el temporizador y comenzar a pedalear. La consola inicia la cuenta regresiva.
5. El programa se inicia y se inicia la cuenta regresiva de kilómetros. Los valores de tiempo total, CALORIE, kJ y MI aumentan.

Zonas de frecuencia cardíaca

La consola le permite establecer sus zonas de frecuencia cardíaca y utilizar los valores calculados para monitorear la intensidad de su entrenamiento. Esta función se puede utilizar junto con todos los demás programas.

1. Siéntese en la máquina.
2. En el modo de reposo de la consola, presione el botón HR ZONES (Zonas de frecuencia cardíaca). Se activa el mensaje “ENTER AGE” (Introducir edad). La edad predeterminada es de 35. Para ajustar el valor de edad, utilice los botones de aumento o disminución y presione ENTER.

   La consola calcula los valores en los campos de la zona de frecuencia cardíaca FAT BURN (Quema de grasa), AEROBIC (Ejercicio aeróbico) y ANAEROBIC (Ejercicio anaeróbico) a partir del valor de edad.

⚠ Consulte a un médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Deje de ejercitarse si siente dolor o tensión en el pecho, si tiene dificultad para respirar o si siente que va a desmayarse. Comuníquese con su médico antes de volver a usar la máquina. Use los valores calculados o medidos por la computadora de la máquina solo como referencia. La frecuencia cardíaca que se muestra en la consola es una aproximación y deberá utilizarse solamente como referencia.

3. La pantalla HEART RATE muestra la frecuencia cardíaca en latidos por minuto (LPM) proveniente de un transmisor de banda de pecho para frecuencia cardíaca. El ícono parpadeará cuando reciba una señal de una banda para frecuencia cardíaca (HR).

   Nota: la pantalla estará en blanco si no se detecta la frecuencia cardíaca.

Cuando se reinicia la consola, se restablece el valor de edad al valor predeterminado y se desactivan las zonas de frecuencia cardíaca.

Modo de pausado/resultados

Para pausar un entrenamiento y ver el resumen del entrenamiento:

1. Presione el botón STOP/RESET (Alto/Reiniciar) una vez.

   Nota: la consola se interrumpirá automáticamente si no hay ninguna señal de RPM durante 5 minutos.

2. Para continuar el entrenamiento, presione el botón START/RESUME (Comenzar/Reanudar).

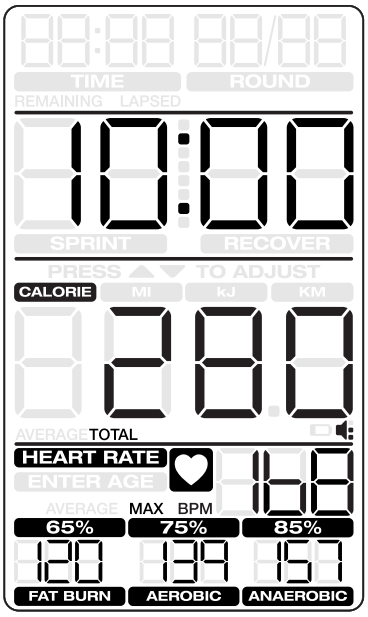
Para finalizar el entrenamiento, presione el botón STOP/RESET (Alto/Reiniciar) dos veces. La consola pasará al modo de reposo.

Cuando completa o detiene un entrenamiento, la consola muestra un resumen de los valores de su entrenamiento. Para detener un entrenamiento y ver el resumen, presione STOP/RESET y la consola pasará al modo de resultados.

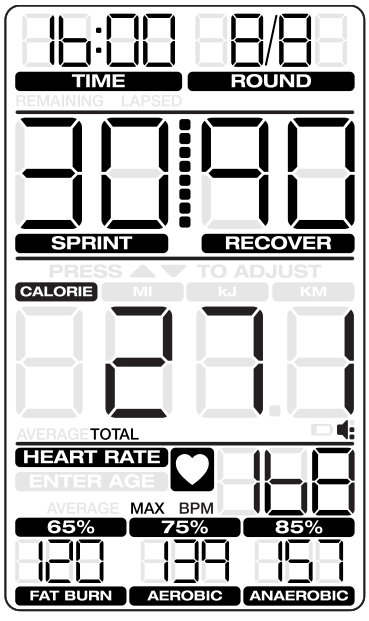
La pantalla del tacómetro muestra el promedio de CAL/MIN y WATTS del usuario, y la marca MAX CAL/MIN para ese entrenamiento. El Tach hill (Tacómetro en pendiente) muestra el promedio de RPM. La pantalla de métrica del tacómetro muestra el valor promedio y máximo para la métrica seleccionada. Si la consola estaba en modo de análisis SCAN, la pantalla pasa por los valores promedios y máximos de CAL/MIN, WATTS, RPM y VELOCIDAD.

La pantalla de datos del programa muestra las métricas de tiempo total, CALORÍAS, MI (millas), kJ (kilojulios) y KM (kilómetros). Presione el botón de selección CAL MI Kj KM para pasar de una métrica a otra. El resumen de los programas de intervalos muestra el tiempo total, las vueltas y el tiempo de intervalo.

Programas manual y objetivo



Programas por intervalos



El área de frecuencia cardíaca recorre los valores promedio de frecuencia cardíaca y la frecuencia cardíaca máxima. Si se calcularon las zonas de frecuencia cardíaca para el programa, se muestran los valores.

La pantalla Results (Resultados) se muestra durante 5 minutos y luego se restablece.

Presione STOP/RESET para detener la pantalla de resultados y volver al modo de reposo.

El modo de servicio de la consola le permite ver el tiempo y la distancia totales que la máquina ha usado, ajustar el valor de altitud para lograr un conteo más exacto de calorías, o averiguar cuál versión del firmware está instalada.

1. Para ingresar al modo de servicio de la consola, mantenga presionados los botones STOP/RESET y para aumentar y disminuir (▼) durante tres segundos mientras está en el modo de reposo.
2. La pantalla de la consola muestra las estadísticas de la máquina:
   - Tiempo total de la máquina: cantidad de horas (en el campo "Time/Interval" de tiempo/intervalo). El valor máximo de visualización es 9999.
   - Distancia total de la máquina: cantidad de millas en incrementos de 10 millas (en el campo de métricas acumulativas). La pantalla muestra MI durante 5 segundos y luego KM durante 5 segundos.
3. Presione STOP/RESET para salir del modo de servicio de la consola. Presione el botón para disminuir para pasar a la siguiente opción.
4. La pantalla de la consola muestra CAL (calibración). Para calibrar la máquina, consulte la sección “Procedimiento de calibración”.

   Presione el botón para disminuir para pasar a la siguiente opción.
5. La pantalla de la consola muestra la versión del firmware.
6. Presione STOP/RESET para salir del modo de servicio de la consola.

En el modo de servicio, si la consola no recibe ningún dato durante aproximadamente 5 minutos, esta pasa al modo de inactividad.

Procedimiento de calibración

El procedimiento de calibración le permite optimizar la precisión de la potencia de la unidad. Ajusta los cálculos de resistencia de la consola por diferencias en la tensión de la banda, fricción en los rodamientos y la presión de aire (como la altitud). Calibre la máquina cuando reemplace piezas o ajuste la tensión de la banda.

⚠ Deje un espacio libre de al menos 0.6 m (24 pulgadas) a cada lado de la máquina. Mantenga a otras personas alejadas de este espacio durante el procedimiento de calibración.

1. Siéntese en la máquina.
2. Para ingresar al modo de servicio de la consola, mantenga presionados los botones STOP/RESET y para aumentar y disminuir (▼) durante tres segundos mientras está en el modo de reposo.
3. La pantalla de la consola muestra las estadísticas de la máquina. Presione el botón para disminuir para pasar a la siguiente opción.
4. La pantalla de la consola muestra CAL (calibración). Presione ENTER 2 veces para iniciar el modo de calibración y comience a pedalear. La consola muestra CAL SPIN (Pedaleo de calibración).
5. La pantalla del tacómetro muestra los cambios de CAL/MIN a RPM. Las RPM requeridas (50 RPM) aparecen 3 veces de forma intermitente en la pantalla y luego se muestra la lectura de RPM actual. CAL permanece fijo y SPIN parpadea.
6. Cuando la máquina alcanza las RPM requeridas (50-80 RPM) se emite un tono. SPIN desaparece y CAL parpadea. Quite los pies de los pedales y las manos del manubrio móvil mientras la máquina detiene el giro de los pedales.

⚠ Tenga cuidado al quitar los pies de los pedales. Asegúrese de mantener un espacio libre de la biela giratoria, los pedales y los brazos del manubrio. Las piezas móviles pueden causar lesiones graves.

7. Cuando se completa la calibración, CAL aparece fijo y se emiten dos tonos que indican que la calibración se realizó con éxito. La consola muestra CAL GOOd (calibración buena).

   Nota: si la calibración no finalizó con un resultado válido, la consola pasará a utilizar la curva de potencia predeterminada de fábrica tomando en cuenta la altitud del usuario, provista por el sensor de presión de aire de la unidad.
8. Presione STOP/RESET para borrar la pantalla de la consola.
9. Presione STOP/RESET nuevamente para salir del modo de servicio de la consola.

Lea íntegramente la totalidad de las instrucciones de mantenimiento antes de comenzar cualquier trabajo de reparación. En determinadas condiciones, se requiere un asistente para realizar las tareas necesarias.

El equipo se debe revisar permanentemente para ver si está dañado o hay que hacerle reparaciones. El propietario es responsable de garantizar que se realice un mantenimiento periódico. Los componentes gastados o dañados deben repararse o reemplazarse inmediatamente. Para mantener y reparar el equipo, solo pueden usarse componentes provistos por el fabricante.

Si ocurre que una de las etiquetas de advertencia se suelta, está ilegible o se desprende, comuníquese con el Servicio al cliente de Nautilus para obtener etiquetas de reemplazo.

⚠ PELIGRO Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, siempre desenchufe el cable eléctrico y espere 5 minutos antes de limpiar, dar mantenimiento o reparar esta máquina.

Diariamente: Antes de cada uso, inspeccione si hay piezas sueltas, rotas, dañadas o gastadas en la máquina de ejercicios. No la use si la encuentra en estas condiciones. Repare o reemplace todas las piezas ante el primera signo de desgaste o daño. Después de cada entrenamiento, use un paño húmedo para limpiar la humedad de la máquina y la consola.

Nota: evite la humedad excesiva en la consola.

Semanalmente: Limpie la máquina para eliminar el polvo, la suciedad o la mugre de las superficies. Verifique que el sillín funcione correctamente. Si es necesario, aplique con moderación una capa delgada de lubricante de silicona para facilitar el funcionamiento.

Nota: no use productos a base de petróleo.

Mensual o después de 20 horas: Revise los pedales, las bielas y el manubrio. Asegúrese de que todos los pernos y tornillos estén bien apretados. Apriete según sea necesario.
Revise la correa de la transmisión por signos de desgaste. Rote las bielas manualmente y revise la correa a través de la jaula del ventilador.

Tenga en cuenta que las bielas, los manubrios y el ventilador de resistencia están conectados y que cuando cualquiera de estas piezas se mueve, las otras lo hacen también.

AVISO: No limpie con solvente a base de petróleo ni limpiador para autos. Asegúrese de mantener la consola libre de humedad.

Cuando la máquina se usa en un ámbito de uso comercial, los pedales deben reemplazarse todos los años para mantener el máximo de seguridad y rendimiento para el usuario. Solo utilice pedales de repuesto de Nautilus. Los pedales de otras marcas quizá no estén diseñados para el ciclismo en interiores y pueden provocar daños a los usuarios y transeúntes.

Reemplazo de las baterías de la consola

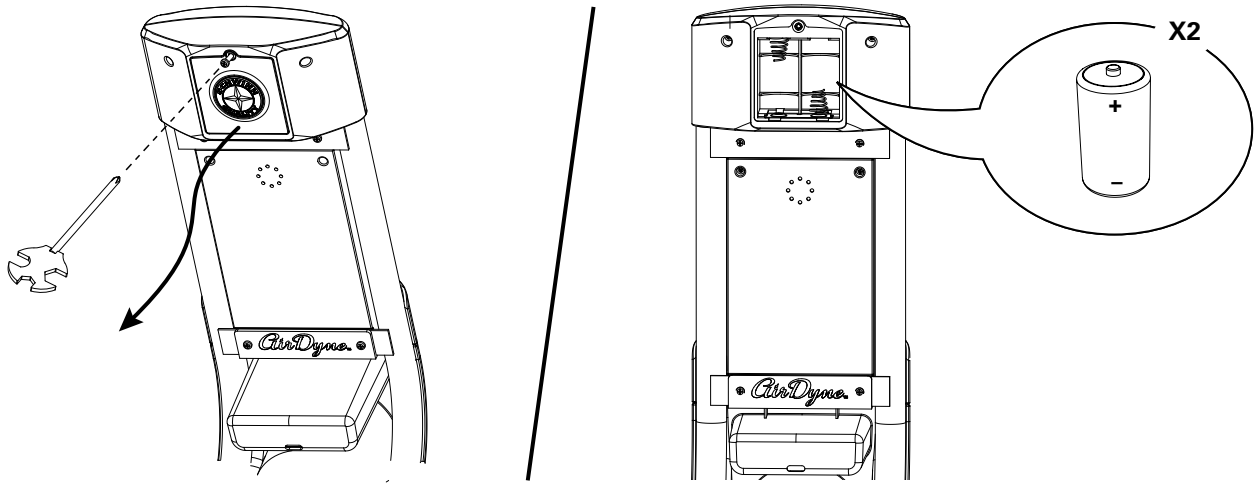
La consola desplegará el ícono del indicador de batería cuando las baterías estén cerca del 25% de su energía nominal durante el encendido. Si usa baterías recargables, el adaptador de corriente opcional no sirve para recargarlas.

Para abrir el compartimiento para la batería, afloje el tornillo preinstalado en la tapa. Al reemplazar las baterías, asegúrese de que estas apunten en la dirección de las marcas +/– que hay en el compartimiento para las baterías.

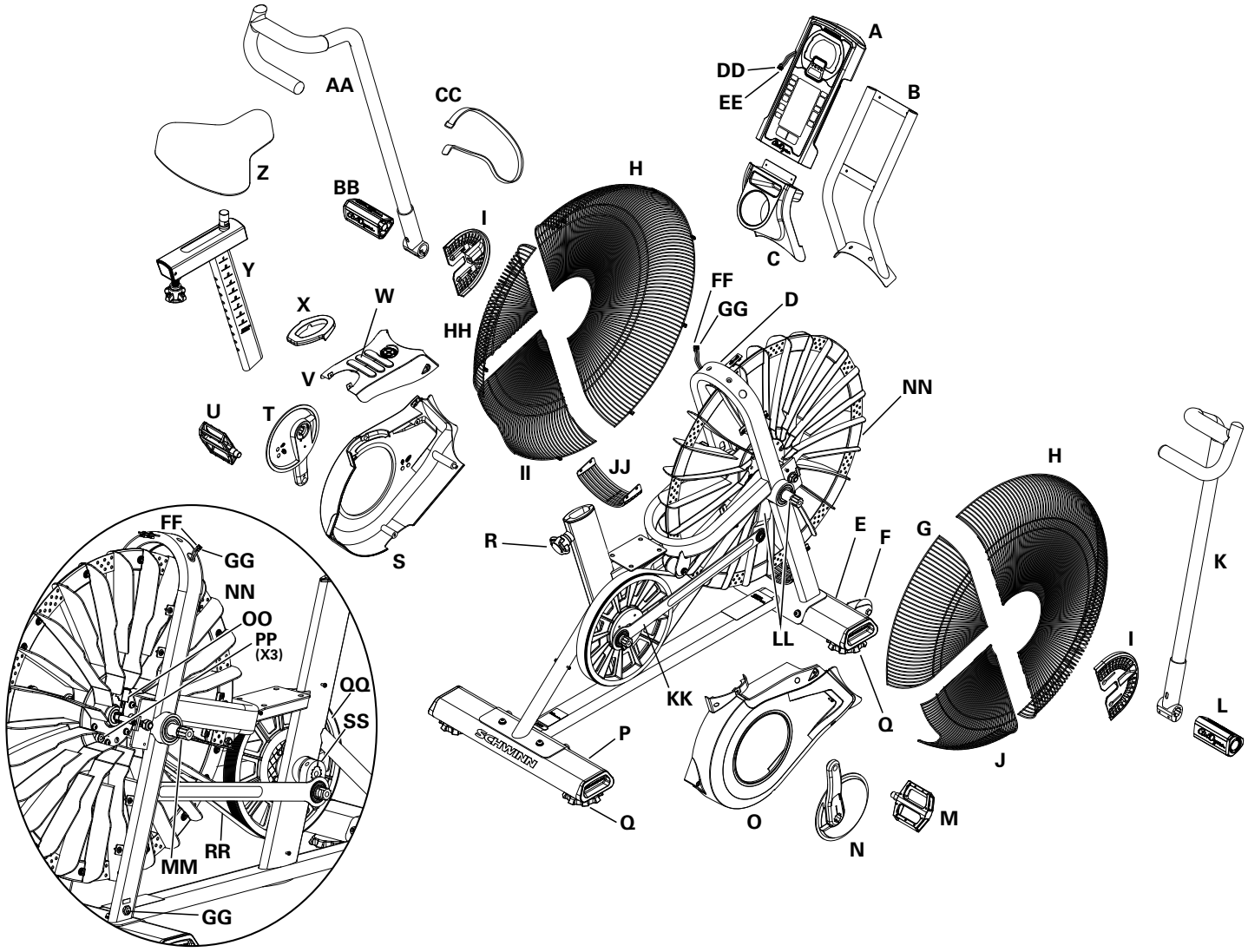
Nota: la consola usa baterías tamaño D (LR20).

⚠ No mezcle baterías viejas y nuevas.

No mezcle baterías alcalinas, estándar (carbono-zinc) o recargables (Ni-Cd, Ni-MH, etc.).



Piezas para mantenimiento



A	Consola	P	Estabilizador, atrás	EE	Cable de alimentación, arriba
B	Mástil de la consola	Q	Nivelador	FF	Cable de datos, abajo
C	Soporte para botella de agua	R	Perilla de ajuste del sillín	GG	Ensamblaje de entrada de alimentación
D	Armazón	S	Cubierta, izquierda	HH	Jaula del ventilador, arriba a la izquierda
E	Estabilizador, frente	T	Biela, izquierda	II	Jaula del ventilador, abajo a la izquierda
F	Rueda para transporte	U	Pedal, izquierdo	JJ	Jaula del ventilador, relleno inferior
G	Jaula del ventilador, arriba a la derecha	V	Cubierta, superior	KK	Brazo de unión
H	Jaula del ventilador, frente	W	Reposapiés	LL	Pivote de los brazos, derecha
I	Cubierta lateral de la jaula del ventilador	X	Tubo	MM	Pivote de los brazos, izquierda
J	Jaula del ventilador, abajo a la derecha	Y	Columna del sillín	NN	Ensamblaje del ventilador de resistencia
K	Manubrio, derecho	Z	Sillín	OO	Ensamblaje del sensor de RPM (Velocidad)
L	Estribo, derecho	AA	Manubrio, izquierdo	PP	Imanes del sensor de velocidad
M	Pedal, derecho	BB	Estribo, izquierdo	QQ	Polea de transmisión
N	Biela, derecha	CC	Correa, de transporte/ inmovilización	RR	Correa de transmisión
O	Cubierta, derecha	DD	Cable de datos, arriba	SS	Ensamblaje del eslabón de la biela

Condición/problema	Lo que debe revisarse	Solución
La consola no se enciende/pone en marcha	Si la bicicleta tiene un adaptador de CA, revise la toma eléctrica (en la pared)	Asegúrese de que la unidad esté enchufada en un tomacorriente de pared que funcione.
	Si la bicicleta tiene un adaptador de CA, revise la conexión en la unidad	La conexión debe ser firme y no presentar daños. Reemplace el adaptador o la conexión en la unidad si cualquiera de estos está dañado.
	Si la bicicleta tiene baterías, observe el indicador de batería en la consola o revise las baterías.	Asegúrese de que las baterías están correctamente instaladas. Si las baterías están correctamente instaladas, reemplácelas con un conjunto de baterías nuevas.
	Compruebe la integridad del cable de datos	Todos los hilos del cable deben estar intactos. Si cualquiera de ellos está visiblemente torcido o cortado, reemplace el cable.
	Revise las conexiones/ orientación del cable de datos	Asegúrese de que el cable esté firmemente conectado y orientado correctamente. El pequeño seguro del conector debe estar alineado y encajarse en su lugar produciendo un chasquido.
	Revise la pantalla de la consola para ver si está dañada	Revise si hay signos visibles de que la pantalla de la consola esté agrietada o presente algún otro daño. Reemplace la consola si está dañada.
		Si los pasos anteriores no resuelven el problema, comuníquese con Atención al Cliente para recibir ayuda adicional.
La velocidad que se muestra no es exacta.	Revise la posición del imán del sensor de velocidad (requiere quitar la cubierta del ventilador)	Los imanes del sensor de velocidad deben estar en su lugar en el ensamblaje del ventilador.
La velocidad visualizada siempre es "0"/fija en modo de pausa	Cable de datos	Asegúrese de que el cable de datos esté conectado a la parte posterior de la consola y al ensamblaje del armazón principal.
	Sensor de velocidad (requiere quitar la cubierta del ventilador)	Asegúrese de que los imanes del sensor de velocidad y el sensor de velocidad están en su lugar.
No hay lectura de velocidad/RPM	Compruebe la integridad del cable de datos	Todos los hilos del cable deben estar intactos. Si hay un hilo cortado o torcido, reemplace el cable.
	Revise las conexiones/ orientación del cable de datos	Asegúrese de que el cable esté firmemente conectado y debidamente orientado. El pequeño seguro del conector debe estar alineado y encajarse en su lugar produciendo un chasquido.
	Revise la posición del imán del sensor de velocidad (requiere quitar la cubierta del ventilador)	Los imanes deben estar en su lugar en el ensamblaje del ventilador.
	Revise el ensamblaje del sensor de velocidad (requiere quitar la cubierta del ventilador)	El ensamblaje del sensor de velocidad debe alinearse con los imanes y conectarse al cable de datos. Vuelva a alinear el sensor si es necesario. Reemplácelo si el sensor o el cable de conexión presentan daños.
La consola muestra el icono de la batería	Baterías	Reemplace las baterías

Condición/problema	Lo que debe revisarse	Solución
La unidad funciona, pero la frecuencia cardíaca telemétrica no aparece	Banda de pecho (opcional)	La banda debe ser compatible con “POLAR®” y no codificada. Asegúrese de que la banda esté directamente sobre la piel y que el área de contacto esté húmeda.
	Pilas de la banda de pecho	Si la banda tiene pilas reemplazables, póngale pilas nuevas.
	Interferencia	Intente alejar la unidad de las fuentes de interferencia (TV, microondas, etc.).
	Reemplace la banda de pecho	Si se elimina la interferencia y HR no funciona, reemplace la banda.
	Reemplace la consola	Si HR aún no funciona, reemplace la consola.
La consola se apaga (entra al modo de inactividad) mientras está en uso	Compruebe la integridad del cable de datos	Todos los cables deben estar intactos. Si hay alguno cortado o torcido, reemplace el cable.
	Revise las conexiones/ orientación del cable de datos	Asegúrese de que el cable esté firmemente conectado y debidamente orientado. El pequeño seguro del conector debe estar alineado y encajarse en su lugar produciendo un chasquido.
	Si la bicicleta tiene baterías, observe el indicador de batería en la consola o revise las baterías.	Asegúrese de que las baterías estén correctamente instaladas. Si las baterías están correctamente instaladas, reemplácelas con un conjunto de baterías nuevas.
	Revise la posición del imán del sensor de velocidad (requiere quitar la cubierta del ventilador)	Los imanes del sensor de velocidad deben estar en su lugar en el ensamblaje del ventilador.
	Revise el ensamblaje del sensor de velocidad	Comuníquese con atención al cliente para obtener ayuda adicional.
La consola muestra el mensaje “Err 1”	Procedimiento de calibración	La consola mostrará “Err 1” si el botón STOP/RESET se presiona durante el procedimiento de calibración. Repita el procedimiento de calibración.
	Compruebe que el teclado de la consola no tenga alguna tecla atascada	Comuníquese con atención al cliente para obtener ayuda adicional.
La consola muestra el mensaje “Err 3” o “Err 16” luego de la calibración	Procedimiento de calibración	Si la bicicleta tiene un adaptador de CA, desconecte y vuelva a conectar el adaptador de alimentación. Si la bicicleta utiliza baterías, retire y vuelva a insertar las baterías. Repita el procedimiento de calibración. Vea el video del procedimiento de calibración. Si estos pasos no resuelven el problema, comuníquese con Atención al Cliente para recibir ayuda adicional.
La consola muestra un mensaje “Err” de otro número luego de la calibración	Procedimiento de calibración	Repita el procedimiento de calibración. Vea el video del procedimiento de calibración. Si estos pasos no resuelven el problema, comuníquese con Atención al Cliente para recibir ayuda adicional.
La unidad se bambolea / no se mantiene a nivel	Compruebe el ajuste del nivelador	Las patas de nivelación se pueden girar hacia adentro o hacia afuera para nivelar la bicicleta.
	Compruebe la superficie debajo de la unidad	Es posible que el ajuste no pueda compensar superficies extremadamente irregulares. Traslade la bicicleta a un área nivelada.

Condición/problema	Lo que debe revisarse	Solución
Pedales sueltos / dificultad para pedalear en la unidad	Compruebe la conexión del pedal a la biela	El pedal debe estar firmemente apretado en la biela. Asegúrese de que la rosca de la conexión no esté dañada.
	Compruebe la conexión de la biela al eje	La biela debe estar firmemente apretada en el eje. (Torque del tornillo= 40 N·m)
	Conexión del eslabón de la biela a la polea	Si la biela izquierda todavía se siente suelta después de aplicar el torque correcto, y el eje del eslabón de la biela se mueve con la biela, reemplace el ensamblaje del eslabón de la biela.
Se escucha un clic al pedalear	Compruebe la conexión del pedal a la biela	Quite los pedales. Asegúrese de que no haya suciedad en las roscas y vuelva a colocarlos.
Movimiento de la columna del sillín	Compruebe el pasador de bloqueo	Asegúrese de que el pasador de ajuste esté bloqueado en uno de los orificios de ajuste de la columna del sillín.
	Compruebe la perilla de bloqueo	Asegúrese de que la perilla esté bien apretada.
Los brazos del manubrio hacen clic/tic durante el movimiento	Compruebe la tornillería	Los tornillos de la base de los brazos del manubrio deben estar firmemente apretados. (Torque del tornillo= 40 N·m)

Quién está cubierto
Esta garantía solo tiene validez para el comprador original y no es transferible ni aplicable a ninguna otra persona.

Cobertura
Nautilus, Inc. garantiza que este producto está libre de defectos de materiales y de mano de obra, si se usa para el fin para el que ha sido diseñado, bajo condiciones normales, siempre y cuando reciba el cuidado y el mantenimiento correctos como se describe en el manual de ensamblaje y del usuario del producto. Esta garantía solo es válida para máquinas auténticas, originales y legítimas fabricadas por Nautilus, Inc., las cuales se venden a través de un agente autorizado y se usan en los Estados Unidos o Canadá.

Plazos
- Armazón 10 años
- Piezas mecánicas 2 años
- Elementos electrónicos 3 años
- Mano de obra 6 meses
  (La asistencia de mano de obra no incluye la instalación de piezas de repuesto incluidas en el ensamblaje inicial del producto ni en los servicios de mantenimiento preventivo.)

Cómo respaldará Nautilus la garantía
Según las condiciones de la cobertura de garantía, Nautilus, Inc. reparará cualquier máquina cuyos defectos de materiales o de mano de obra estén comprobados. Nautilus se reserva el derecho de reemplazar el producto en el supuesto de que una reparación sea imposible. Cuando Nautilus decida que un reemplazo constituye el recurso correcto, Nautilus podrá aplicar un reembolso de crédito limitado para adquirir otro producto marca Nautilus, Inc., según nuestro criterio. El reembolso quizá se prorratee según el período de duración de la propiedad. Nautilus, Inc. proporciona servicio de reparación dentro de áreas metropolitanas importantes. Nautilus, Inc. se reserva el derecho de cobrar al cliente por el traslado fuera de estas áreas. Nautilus Inc. no se hace responsable por los gastos de mano de obra o mantenimiento que efectúe el distribuidor después del período de garantía vigente establecido aquí. Nautilus, Inc. se reserva el derecho de sustituir materiales, piezas o productos de igual o mejor calidad si no hay materiales o productos idénticos disponibles en el momento del servicio amparado por esta garantía. Ningún reemplazo del producto según los términos de la Garantía extiende de manera alguna el período de la Garantía. Cualquier reembolso de crédito limitado quizá se prorratee según el período de duración de la propiedad. ESTOS RECURSOS SON LOS ÚNICOS Y EXCLUSIVOS RECURSOS PARA CUALQUIER INFRACCIÓN DE LA GARANTÍA.

Qué debe hacer
- Conservar un comprobante de compra adecuado y aceptable.
- Hacer funcionar, mantener e inspeccionar el producto según lo especificado en la documentación del producto (Manual de ensamblaje, Manual del usuario, etc.).
- El producto debe usarse exclusivamente para el fin para el que ha sido diseñado.
- Notificar a Nautilus en el lapso de 30 días después de detectar un problema con el producto.
- Instalar piezas o componentes de repuesto en conformidad con cualquier instrucción de Nautilus.
- Efectuar los procedimientos de diagnóstico junto a un representante capacitado de Nautilus, Inc. en caso de solicitarlo.

Qué no está cubierto
- Daños por maltrato, alteración o modificación del producto, error al seguir debidamente las instrucciones de ensamblaje, las instrucciones de mantenimiento o las advertencias de seguridad como aparecen en la documentación del producto (Manual de ensamblaje, Manual del usuario, etc.), daños por almacenamiento indebido o efecto de las condiciones medioambientales, como la humedad o el clima, mal uso, mal manejo, accidente, desastres naturales, sobrecargas de energía.
- Daños provocados por exceder el peso máximo del usuario, como se define en el Manual del usuario o en la etiqueta de advertencia del producto.
- Daños debidos al uso, desgaste y rotura normales.
- Esta garantía no se extiende a ningún territorio o país fuera de los Estados Unidos o Canadá.

Cómo obtener servicio
Para los productos comprados directamente en Nautilus, Inc., comuníquese con la oficina de Nautilus enumerada en la página de contactos del Manual del usuario del producto. Es posible que se le solicite que devuelva el componente defectuoso, por cuenta suya, a una dirección específica para su reparación o inspección. El envío normal por tierra de cualquier pieza de repuesto de la garantía será pagado por Nautilus, Inc. En el caso de productos comprados en una tienda minorista, es posible que se le pida que se comunique con dicha tienda para recibir asistencia de garantía.

Exclusiones
Las garantías precedentes son las garantías únicas y exclusivas expresas hechas por Nautilus, Inc. Reemplazan cualquier declaración anterior, contraria o adicional, ya sea verbal o escrita. Ningún agente, representante, distribuidor, persona o empleado tiene autoridad para alterar o aumentar las obligaciones o limitaciones de esta garantía. La duración de cualquier garantía implícita, incluida la GARANTÍA DE COMERCIABILIDAD y cualquier GARANTÍA DE ADECUACIÓN PARA UN PROPÓSITO DETERMINADO, está limitada al plazo de la garantía expresa aplicable que se indicó anteriormente, la que sea más larga. Algunos estados no permiten limitaciones en la duración de una garantía implícita, de modo que quizá no se aplique a usted la limitación anterior.

Limitación de recursos
A MENOS QUE LA LEY VIGENTE ESTIPULE LO CONTRARIO, EL RECURSO EXCLUSIVO DEL COMPRADOR SE LIMITA A LA REPARACIÓN O EL REEMPLAZO DE CUALQUIER COMPONENTE QUE NAUTILUS, INC. CONSIDERE DEFECTUOSO SEGÚN LOS TÉRMINOS Y CONDICIONES QUE AQUÍ SE INDICAN. EN NINGÚN CASO, NAUTILUS, INC. SERÁ RESPONSABLE POR NINGÚN DAÑO ESPECIAL, CONSECUENTE, INDIRECTO, INCIDENTAL O ECONÓMICO, SIN IMPORTAR LA TEORÍA DE LA RESPONSABILIDAD (INCLUIDOS, ENTRE OTROS, LA RESPONSABILIDAD DE PRODUCTOS, NEGLIGENCIA U OTRO AGRAVIO) NI POR NINGUNA PÉRDIDA DE INGRESOS, GANANCIA, DATOS, PRIVACIDAD O DAÑOS PUNITIVOS QUE SURJAN DE, O ESTÉN RELACIONADOS CON, EL USO DE LA MÁQUINA DE EJERCICIOS, INCLUSO SI A NAUTILUS, INC. SE LE HA DADO AVISO DE LA POSIBILIDAD DE DICHOS DAÑOS. ESTA EXCLUSIÓN Y LIMITACIÓN DEBERÁ APLICARSE INCLUSO SI CUALQUIER RECURSO FALLA EN SU OBJETIVO ESENCIAL. ALGUNOS ESTADOS NO PERMITEN LA EXCLUSIÓN O LIMITACIÓN DE LOS DAÑOS CONSECUENTES O INCIDENTALES, DE MODO QUE QUIZÁ LA LIMITACIÓN ANTERIOR NO SE APLIQUE A USTED.

Leyes estatales
Esta garantía le da derechos legales específicos. Es posible que usted tenga otros derechos, los cuales varían de un estado a otro.

Vencimientos
Si la garantía ha vencido, Nautilus, Inc. puede ayudar con los reemplazos o reparaciones de las piezas y la mano de obra, pero habrá un cargo por dichos servicios. Llame a una oficina de Nautilus® para obtener información sobre piezas y servicios posteriores a la garantía. Nautilus® no garantiza la disponibilidad de las piezas de repuesto después del vencimiento del período de garantía.

Compras internacionales
Si compró su máquina fuera de los Estados Unidos, consulte a su distribuidor o comerciante local para conocer la cobertura de la garantía.

SCHWINN
QUALITY
®

LAS